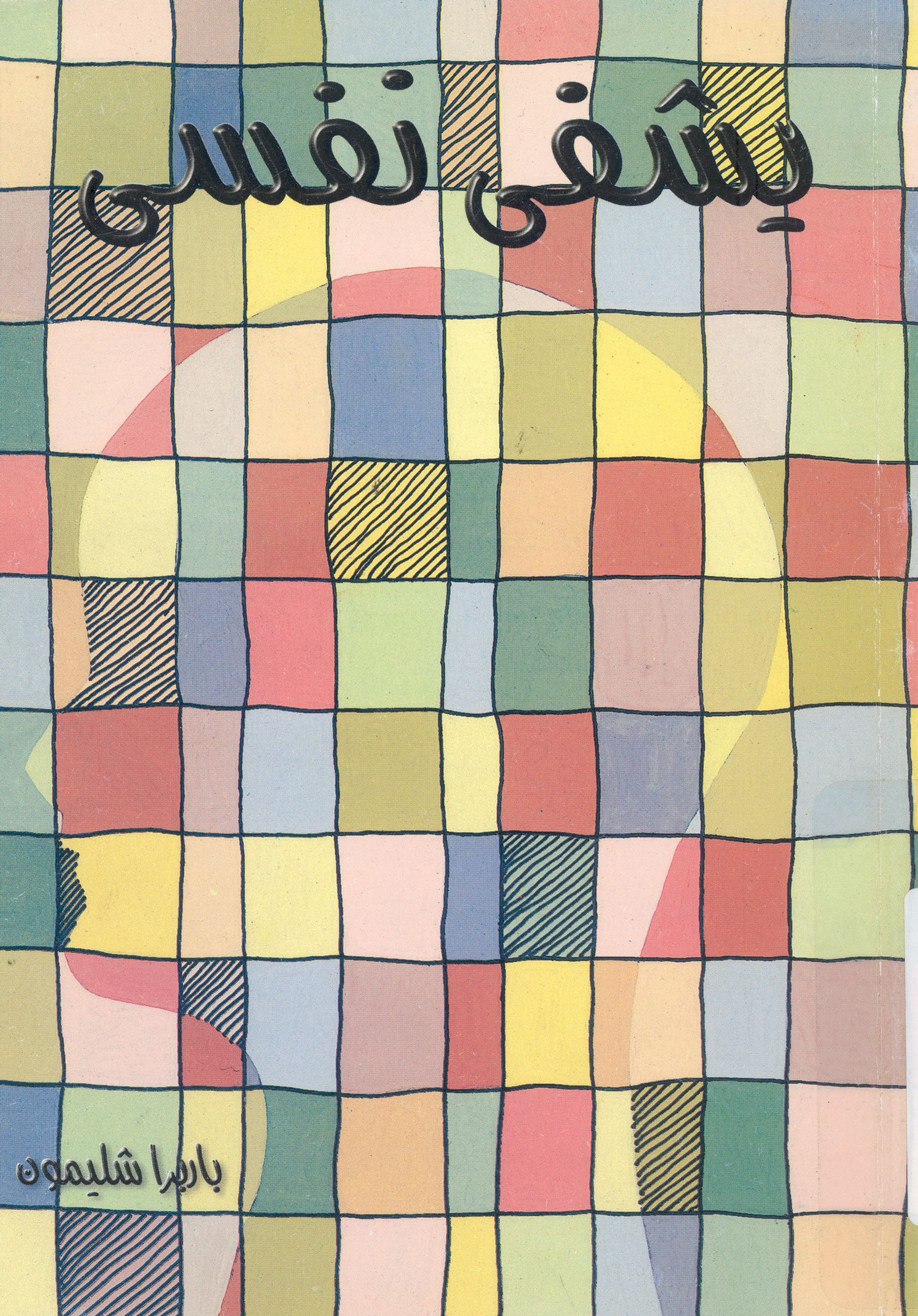

يشفى نفسى
باربرا شليمون

يشفي نفسي

تاليف
باربرا شليمون

ترجمة
مشير سمير

مكتبة المنار

طبعة أولى فبراير ١٩٩٨

Healing the Hidden Self — **"يشفي نفسي"**

Author: Barbara Leahy Shlemon — تأليف: باربرا شليمون

Original Publisher: Ave Maria Press, — ترجمة: مشير سمير

Notre Dame, Indiana 46556

Publisher of the Arabic Edition: — الناشر للنسخة العربية:

Lighthouse Book Center — مكتبة المنار

17, Murad El Sherei Str. Saint Fatima — ١٧ ش مراد الشريعي –سانت فاتيما

Heliopolis - Egypt — مصر الجديدة – ج.م.ع

Tel.: 202/2495030 — تليفون: ٠٢/٢٤٩٥٠٣٠

Fax: 202/3536377 — فاكس: ٠٢/٣٥٣٦٣٧٧

ISBN: 977-5674-11-5 — رقم الإيداع بدار الكتب: ٢٣٤٥ / ١٩٩٨

المحتوى

مقدمة المعرب

لقد كانت أمنية عميقة لدىً حين قــــرأت هــذا الكتــاب للمرة الأولى منـــذ ســـنوات عديــدة أن أراه مترجمــاً ومتاحــاً للقارئ العربى. بل وأن أرى خدمة مســـيحية مثـــل هــذه فـــى بلادنا ... وكان هذا شيئاً كبــــيراً.

والأن أستطيع ليس فقـــط عزيـــزى القـــارئ أن أقـــدم لكِ هذا الكتاب، ولكن أن أقدمه لك فى ظـــل خدمـــات برنـــامج المشورة والشفاء الداخلى التى أتاحت لنا مثـــل هــذه النوعيــة من الخدمة الشخصية والعميقة لنفوسنا والتـــى طالمــا إحتجنــا إليها لكى نحضر كـــل إنســـان كــاملاً فـــى المســيح يســوع (كولـــوس ١:٢٨) .

إنى أنصح كل إنسان أن يقـــرأ هــذا الكتــاب بتمـــهل وعناية، وأن يترك الفرصـــة للـــروح القــدس أن يعمــل فـــى داخله كما يرشده هو من خلال هــذا الكتــاب.

مقدمة

لقد حاز موضــوع الشـفاء الداخلـي فـى السـنوات القليلة الماضية على إهتمام بالغ ومـتزايد ، فعشـرات الكتـب والعظات التى دارت حول هذا الموضـوع قـد أسـهمت فـى تنمية إدراكنا لإحتياجنا الهائل الى أن نختبر مثـل هـذا النـوع العميـق مـن الصـلاة. والكثـيرون منـا قـد صـاروا الأن يدركـون كيـف أن الذكريـات المريضـة لجراحنـا النفسـية يمكن أن يكون لها مثل هـذا التـأثير السـلبي علـى حياتنـا ، حيث تبقينا بعيدين عن النضوج النفسي وعـن القداسـة التـى نبتغيها جميعنا بأمانة وشـوق.

كتب القديس بولس صلاة رائعة إلـي أهـل أفسـس ، تلك التى كـان يتوسـل فيـها إلـى الله الآب طالبـا : **"لكـي يعطيكم بحسب غنى مجده أن تتـأيدوا بـالقوة بروحـه فـى الإنسان الباطن ليحل المسيح بالإيمان فـى قلوبكـم."**

(أف٣ : ١٦-١٧)

كان أهل أفسس قد قبلـــوا المســيح مخلصــا شــخصيا لهم وإعتمدوا بالروح القدس ، لكـــن القديــس بولـــس كـــان لا يزال يسأل الآب أن يقوى هذه المنطقـــة الداخليـة فــى حيــاة كل شخص منهم حتى يملأ حضور المسيح كـــل مســتوى مــن مستويات حياتهم. لقد أدرك الجــــانب الخفــي فــى طبيعتنــا ، الجزء غير الواعي من أذهاننا، ذلك الـــذي يحتــاج إلـــى أن يطلق حرا إن كنا حقا نسعى لأن نكون واحدا مـــع المســيح.

لقد إعتاد علماء النفــس طويــلا أن يســتخدموا تشــبيه **"جبل الثلج"** فى وصفهم للذهن البشرى. فمثلمـــا يظــهر جــزء بسيط من جبل الثلج فوق ســـطح الميــاه فــهكذا أيضــا قــدر ضئيل من أذهاننا – ربمـــا بمقــدار عشــرة بالمائـــة – فقــط يظهر بمنطقة الوعى ، وهذا القـــدر فقــط هــو الــذى يشــكل إدراكنا الحــاضر.

وهكذا فإنه مـــن المســتحيل أن نظــل علــى وعــى كامل بكل أوجه حياتنا ، لذلك يقوم اللاوعـــى **"العقــل البــاطن"** والذى يشكل تسعون بالمائـــة مــن الذهــن ، بــدور المخــزن الذي يختزن كل الأشياء الأخرى التى تحـــدث لنـــا.

يقـول علمـاء النفـس أن الذكريـات الطيبـة يمكـن استدعائها إلى منطقة الوعي بدون مجـهود كبـير ، بينمـا تدفـع الذاكرة بالأحداث الجارحة إلى أعماق دفينـة فـى محاولـة منـا لنسيان التجربة مع الآلام المصاحبـة لـها ، ولكننـا للأسـف لا نستطيع أن نهرب ولا من واحده من خصـائص العقـل البـاطن، فهو مثل الأفيال لا يستطيع أن ينسـى شـيئا ، فـالجروح غـير المشفية تتقيح بداخلنا مما يتطلب قدرا كبيرا مـن الطاقـة النفسـية وقـوة الإرادة لكبـح جماحـها. ولكـن بيـن الحيـن والآخـر ، وعندما نتعرض لفترات مـن الضغـوط غـير المعتـادة فإننـا نفقد قدرتنا على كبت كل هذه المشاعر ممـا يجعلنـا **"نبـالغ فـى ردود أفعالنا"** أو **"أن نخرج عن هدوئنـا"** و **"تنفلـت منـا زمـام الأمور"** ، فإن مثل هذه المصطلحات السـابقة تصـف فعليـا مـا يحدث عندما ينطلق بداخلنا شئ ما يحتوى على قـدر كبـير مـن الطاقة الكامنة. وقد أظهر علم النفـس كيـف أن الجـروح غـير المشفية تؤدى فى كثير من الأحيـان إلـى سـلوك مدمـر مثـل إدمان الخمور أو المخـدرات ومثـل الإنحرافـات الجنسـية أو الإفراط فى الطعام أو فى العمل ، وكل هذا فـى محاولـة لتهدئـة الكيان الداخلي أملا منا فى الحصول علـى بعـض الراحـة مـن الألم الداخلـي.

فإن الناس عادة لايدركون سبب التوتر الدائم فى حياتهم، ولكنهم بطريقة تدريجية يطورون بعض العادات التى من شأنها التعامل مع هذا التوتر الداخلي. وكثير من الأمراض النفسية يمكن أن نرجعها إلى محاولات أجسامنا لحل مثل هذه المشاكل النفسية.

لقد بات واضحا أنه لا يمكننا أن نتجاهل ذكريات الماضي الجارحة إذا كنا نسعى نحو الامتلاء بمحبة الآب. فمن خلال الصلاة لأجل الشفاء الداخلي ، فان قوة الرب يسوع المسيح تستطيع الدخول إلى أعماق الذهن لتغير من شكل الذكريات المؤلمة وتخرجها من الظلمة إلى النور. إن هذا الشفاء يمكن له أن يحدث لان الرب قد سبق و أعده لنا بموته وقيامته ، كما يقول أشعياء النبى:

"لكن أحزاننا حملها و أوجاعنا تحملها ونحن حسبناه مصابا مضروبا من الله ومذلولا. وهو مجروح لأجل معاصينا مسحوق لأجل آثامنا تأديب سلامنا عليه وبحبره شفينا".

(أش٥٣ : ٤-٥)

لقد إعتدنـــــا أن نربـــط مـــوت المســـيح فـــى أذهاننـــا بغفران الخطايا التى قد إرتكبناها غير مدركين انـــه قـــد مـــات أيضاً لأجل الخطايا التى قـــد إرتُكِبـــت ضدنـــا. لقـــد إحتمـــل معاناتنا وحمل أحزاننا على الصليـــب حتـــى لا نحمـــل نحـــن مثل هذا الحمل الثقيل بداخلنا. إن حضور قيامتـــه قـــد أضـــاء ظلمة كل الأرض ومن ثم فقد أتـــي بـــالنور أيضـــاً إلـــى كـــل الجوانب المظلمة من أذهاننـــا.

إن شخصا قد نشأ فى أسرة إعتـــادت الإيـــذاء البدنـــى والنفسي أو أســـرة بـــها أمـــراض مزمنـــة أو فقـــدان لأحـــد الوالديـــن أو إدمـــان للخمـــر أو أي نـــوع آخـــر مـــن الإضطرابات ، إن شـــخصا كـــهذا قـــد لا يصعـــب عليـــه أن يدرك إحتياجه لشفاء داخلي. ولكـــن مـــاذا عـــن الأشـــخاص الذين نشأوا أساسا فى عائلات طيبة حيـــث يبـــذل الأهـــل كـــل جهدهم لكي يعتنوا بـــهم؟!

هل يحتاج كل شخص إلى نوع ما مـــن الشـــفاء الداخلـــي؟!

إن خبرة خمســـة عشـــر عامـــا فـــي خدمـــة الشـــفاء الداخلي قد جعلتني أقتنع بأن كـــل إنســـان مقيـــد بطريقـــة مـــا

بسلاسل الماضي ، وحيث أننا نحيا فى عالم غير كامل فإننا نعاني من جراء نقائص هؤلاء المحيطون بنا ، فلم يوجد كائن حي إستطاع أن يحبنا بجملتنا بطريقة كاملة ، وربما كان هذا هو سبب الشعور بالرفض والوحدة والجرح ، والذي قد يكون أحيانا مختبئا وغير واضحا بدرجة يصعب معها التعرف على وجود مثل هذه المشاعر بداخلنا، ولكننا سواء أدركنا أو لم ندرك ، فان هذه المشاعر تبقى قادرة على إعاقة نمونا النفسي والروحي.

أليس الإيمان بيسوع المسيح كافيا لتسديد تلك الإحتياجات الداخلية؟!

إننا فعلا نشفى روحيا عندما نقبله ربا ومخلصا لحياتنا بل ونضمن الخلاص والحياة الأبدية من خلال موته وقيامته. وعلى أي حال فان كل ما نستطيع أن نخضعه للرب إلهنا هو فقط ذلك الجزء من حياتنا الواقع تحت إدراكنا والذي نستطيع أن نتلامس معه ، بينما تلك المناطق غير الواعية التى تقع خارج مستوى إدراكنا حيث لا نعرف عادة ما يقع هناك ، فان هذا الجزء حيث إنساننا

الباطن محتجباً يتطلب جهداً إرادياً من جانبنا حتى ندعو الرب أن ينقى ويحرر هذا الجزء من كياننا.

إن إدراكنا لهذا الأمر يساعدنا على فهم صلاة القديس بولس لأجل أهل أفسس ورسالته اللاحقة حين يخاطبهم قائلاً :

"وتتجددوا بروح ذهنكم.وتلبسوا الإنسان الجديد المخلوق بحسب الله فى البر وقداسة الحق."

(أف ٤: ٢٣،٢٤)

فقد كان مؤمني أفسس قد عرفواً فعلا يسوع المسيح كرب ومخلص ، إلا أنه لازال هناك أمور كثيرة تحتاج أن تتم حتى يستطيعوا أن يمتلئوا بحضوره. إن أرواحنا تحتاج أن تتحرر وأذهاننا أن تتجدد حتى نستطيع أن نكون الخليقة الجديدة التى دعانا إليها الله.

إن الشفاء الداخلي لهو عملية طويلة ، فلا تستطع أي صلاة عابرة أو تدريب روحي معين أو طريقة ما للتأمل ، أن تلمس ببساطة كل المناطق غير المشفية

بداخلنا. إن عملية شفاء الإنسان الداخلي هي رحلة تستمر بنا طوال حياتنا الروحية حيث نصير فيها يوما بعد يوم منغرسين ومملوئين من نور محبة الله الشافي.

إن زراعة الورود بحديقة منزلنا هي واحدة من أكثر الهوايات المحببة إلى قلبي حيث يمكنني مراقبة جمال وهدوء هذه الزهور حين تتفتح بتلة تلو الأخرى حتى تصبح كائنات متألقة من المخلوقات. ولو إني حاولت أن أقوم بفتح أوراقها بنفسي لماتت الزهرة الجميلة ، ولكن بإمدادها بالقدر الكافي من ضوء الشمس والماء والغذاء فإنها تأخذ طريقها إلى النمو الكامل.

إن كياننا الداخلي يحتاج إلى تطبيق مثل هذه الطرق الصبورة للنمو ، فان محاولة تعجيل عملية الشفاء تؤدى حتما إلى الذبول ولن تمكننا من أن ننمو بشكل كامل.

لقد قاومت فكرة أن أكتب كتابا عن الشفاء الداخلي لعدة سنوات ، لأني لم أكن أريد أن أعطي الإنطباع بأن هناك إسلوب ما يمثل الحل الكامل لتلك القضية المعقدة.

فإن آبانا السماوي هو إله خالق ومبدع يلمس كل منا بلمسة فريدة متميزة تعكس حبه لنا، فهو يقدم لنا شفاءه من خلال قنوات متعددة ولا حصر لها ، منها على سبيل المثال وسائط النعمة والموسيقى والشعر والكتاب المقدس والكتابات الروحية ، .... إلى آخره من الوسائل غير المتناهية. وقد ربطت إحداهن إختبارها بمشاهدتها لفيلم "نقطة التحول" ، ذلك الفيلم الذي يصف العلاقة بين سيدتين تأصلت بينهما مشاعر الغيرة والغيظ الواحدة تجاه الأخرى، وبتطور القصة بدأت صديقتي تشخص موقفا مماثلا فى حياتها ، وواجهت حاجتها للشفاء ومن ثم إستطاعت التصالح مع صديقتها فيما بعد.

إن الله يستطيع إن يستخدم أي وسائل متاحة ليأتي بنا إلى الشفاء عندما يكون لدينا الإستعداد لأن ندرك مواطن المرض فى نفوسنا.

لماذا إذا أقوم بكتابة هذا الكتاب؟! ذلك لأني أؤمن أن كثيرون منا يحتاجون إلى قدر من المساعدة فى المراحل الأولى لعملية الشفاء ، وقد لا يتثنى لنا دائما أن نجد خادما ما أو مشيرا أو حتى صديقا مؤمنا يستطيع أن يصلى معنا الصلاة المطلوبة.

وإني أتلقى كل يوم العديد من الخطابات مـــن أفـــراد يطلبـــون مثـــل هذا النوع من الخدمة، وكلما أمكـــن فـــإني أحيلـــهم إلـــى أشـــخاص مؤهلين في أقرب منطقة لهم. ولحسن الحـــظ فلقـــد أمكـــن إســـتخدام رابطة المعالجين المسيحيين[1] في تعليـــم المئـــات مـــن المتخصصيـــن في الرعاية الصحية مبادئ الصلاة لأجـــل الشـــفاء الداخلـــي وبذلـــك صار من الممكن تطوير شـــبكة مـــن مراكـــز المشـــورة المســـيحية وهي آخذه في النمو في جميع أنحاء الولايـــات المتحـــدة الأمريكيـــة. ولكن وبـــالرغم مـــن ذلـــك لا توجـــد أي منظمـــة أو هيئـــة معينـــة تستطيع أن تلبي كل إحتياجات الشفاء لعـــالم اليـــوم. لـــذا فـــإن هـــذا الكتاب يساهم في تقليـــل حجـــم المشـــكلة إذ يقـــدم شـــرحا مبســـطا للموضوع مع بعـــض الصلـــوات التأمليـــة لـــهؤلاء الراغبيـــن فـــي الشفاء الداخلـــي.

إن فهمنا للشفاء كعملية تستمر مدى الحيـــاة لـــهو جـــد يساعدنا أن نكون صبورين مع أنفســـنا ونحـــن نســـمح لمحبـــة المسيح أن تجذبنا بلطف إلى نـــوره الشـــافي.

---

(١) Association of Christian therapists, 3700 East Avenue, Rochester, New York, 14618

ويتناول كل فصل من فصول هذا الكتاب مرحلة عمرية معينة بدأ بفترة التكوين وفي تطور حتي مرحلة النضوج. ويحتوي كل فصل على شرح سريع للمشاكل التي يمكن أن يواجهها المرء في تلك المرحلة من العمر ، بالإضافة إلى صلاة تأملية تمكن القارئ من أن يفتح قلبه وذهنه لحب الله الشافي.

ومن الواضح أنه ليس في الإمكان تناول كل المشاكل التي تعيق النمو فى كل مرحلة ، فليس من وظيفة هذا الكتاب أن ينقل للقارئ كل المعرفة المختصة بموضوع الشفاء الداخلي ، ولكن المقصود منه فقط أن يساعد هؤلاء الذين يرغبون في بدء عملية الشفاء ولا يعرفون كيف يبدأون. وليس الغرض من هذا الكتاب أن تقرأه فحسب بل أن تختبره أيضا.

ولكن يجب على كل شخص أن يتناول مراحل الشفاء المختلفة بما يتناسب معه هو ، فالله قد خلق كل منا ككائن متفرد ولذلك فهو يتعامل مع كل شخص بطريقة تختلف عن الآخر. وقد يكون من الأفضل أن نصرف بضعة أيام أو ربما أسابيع فى الفصول التى تتناول

المراحل الأولى من الحياة : مرحلة ماقبل الولادة – الولادة – المهد ، لما تحويه هذه السنوات من تشكيل كبير لشخصياتنا ولما تضفيه من أثر عميق على نمونا.

كما ننصح أيضا بممارسة كل وسائط النعمة المتاحة لنا من خلال الممارسات الروحية وقراءة الكتاب المقدس وحضور الخدمات الكنسية ، فكل تقدم صادق إلى مائدة الرب هو بالحقيقة فرصة لشفاء أجسادنا وأذهاننا وأرواحنا. وقد إعتاد الرعاة فى كل مرة يحضرون فيها إلى القداس أن يتقدموا إلى المذبح بهذه الكلمات : "يارب إني لست مستحقا أن أقبلك ، ولكن فقط قل كلمة وأنا سوف أشفى". ونحن عندما نتناول من جسده المقام يمكننا أن ندعوه أن يشفى تلك الأجزاء منا التى لم تمتلئ بعد بالحياة ، حسب تعليمه القائل : **"كما أرسلني الآب الحي وأنا حي بالآب فمن يأكلنى فهو يحيا بي".**

(يو ٦ :٥٧)

فعندما نقبل يسوع فى قلوبنا فهو يصل حياتنا بحياته بعمق وقرب شديدين ، فيمكننا أن نسأله أن يأتي بالحياة إلى كياننا الداخلي ، وأن يضئ الأجزاء المظلمة فى عمق

أذهاننا بنور محبته ، وأن يهبنا القـــوة أن نظـــل نطلبـــه فـــى كل طرقـــنا.

وهناك أيضا الكثير من البركـــات يمكننـــا أن نحصـــل عليـــها عن طريق الغفـــران والإعـــتراف والمصالحـــة ، وعـــادة مـــا كان يخبرني بعض العاملون بمهنـــة المشـــورة بـــأن الشـــعور بالذنب هي واحدة من أكبر المشكلات التـــى يتعـــاملون معـــها فى حياة روادهم ، سواء كان هذا الذنب حقيقيـــا أم مـــن نتـــاج الخيـــال ، فـــالروح الإنسـانية تصـــرخ متعطشـــة للغفـــران والتطـــهير.

"لأني عارف بمعاصي وخطيتي أمـــامي دائمـــا"

(مز ٥١ : ٣)

فى كتابه الرائع (مـــاذا أنتجـــت الخطيـــة) ينـــاقش "د. كـــارل مييننجـــر" الطبيـــب النفســـي الشـــهير والمؤســـس لمصحة مييننجر بمدينة توبيكا بولايـــة كانســـاس الأمريكيـــة ، يناقش ظاهرة العنف السائد فى عالم اليـــوم فـــى ضـــوء عـــدم إستعداد المجتمـــع للإعـــتراف بمســـئوليته المشـــتركة بجـــانب الأخطاء الشخصية. فكتب يقـــول :

"إن الاحتياج العريض للمجاهرة العلنية والإعتراف بالخطية وتمييزها ، يصعد إلي السطح مع إزدياد ظهور البدع والعبادات التي تطلق الحدود فى التواصل وتهجر كل الضوابط تحت شعار "تحقيق الذات". ومثل هذه البدع سرعان ما تبطل وذلك لإعتمادها الأساسي علي حلول سطحية ، ولكنها فى ذات الوقت تكتسب شعبية سريعة لأن العبء الثقيل الذي تضعه الخطية المكتومة على كاهل أصحابها هو ذنب غير محتمل ولابد من الإعتراف به بطريقة أو بأخرى. ولكن بينما يخبرنا الكتاب المقدس بأن أجرة الخطية هى موت، فإنه يخبرنا أيضا بأنه يوجد هناك حل حقيقى فى التوبة والإعتراف والمصالحة كى يستريح الإنسان من الشعور الرهيب بالذنب. والضمير الإنساني يشبه رجل البوليس فى أنه يمكن مراوغته وإخماده وتحذيره وحتى رشوته ، ولكن هذه المحاولات دائما مكلفة ولها ثمن غال على النفس والإنسانية.

وليس لطبيب نفسي أو أي معالج نفسي - حتى هؤلاء ذوى السمعة الرائجة - مثل الفرصة العريضة التى لخدام الرب فى علاج النفوس ،

علاوة على الفرصة الرائعة التى لهم فـــى أن يفعلــوا ما يقوم به قلائل من الأطباء النفسيين لعـــلاج القلــق المزمــن والاكتئــاب وبعــض الأمــراض النفســـية الأخـــرى." [٢]

وضع الأب "ميخـــائيل ســكانلن" منــذ بضعــة ســنوات كتاباً صغيراً بعنوان (قوة الكفارة) كان لــــه عظيــم الأثــر علــى إسلوب الكهنة فى خدمتهم فى ذلك الوقت ، حيث يقـــول فيــه:

"إن دراســتنا للتقليــد الكنســي تجعلنــا نكتشــف أن الكاهن أو الخادم وهو يستمع إلـــى الشــخص الآخــر ويصلى لأجله فانه فى كثير من الأحيــان يجــد نفســه يقوم بعمل الطبيب النفسي ، وعندئـــذ تلعــب الخدمــه الروحية دوراً علاجياً عظيـــم وأساســـي فـــى عمليـــة الشفاء. وإننا نجــد أن هــذا الــدور العلاجــــي قــد نمى وتتطــور من الممارســات الروحيــة

---

(٢) "Whatever became of sin?", Hawthorne books, Inc. New York, 1973

فى الكنيسة الأولى – من خلال الكاهن أو الراهب – إلى أن صار جزءاً رئيسياً من تعاليم وتقاليد الكنيسة الآن". [٣]

كما يقدم الأب "سكانلن" لاحقا فى كتابه إسلوبا جديدا لفهم سر الإعتراف يساعد الإنسان فى التعرف على تلك المناطق فى حياته التى ربما تعيق وتحجز فيضان محبة يسوع المسيح فى قلبه ، وذلك عندما يصلى الخادم مع الشخص المعترف طالبين معا من الرب أن يكشف لهما أي عائق يحتاج أن يزال من أجل أن ينساب حضور الله فى حياة المصلى بسلاسة وإستمرار . ومن خلال الحوار المتبادل والتمييز فى روح الصلاة يسعى الخادم لمساعدة المصلى فى أن ينظر إلى ما وراء الخطية لكي يتمكن من التعرف على المشكلة الأساسية والتي عادة ما تكون متأصلة في خبرات سابقة من رفض ونقص حب.

إلى جانب وسائط النعمة السابقة فالحضور المنتظم لخدمات الكنيسة وإجتماعات الصلاة يجعلنا على إتصال

---

(٣) Ave Maria Press, Notre Dame, Indiana, 1972.

مباشر بالمجتمع المسيحي ، كما يمكن أيضـا أن يكـون مصـدر قوة كبيرة تساعد في عملية الشفاء الداخلـي • والعبـادة الجماعيـة تساعدنا فى أن ندرك أننا ننتمي إلـى عائلـة روحيـة يقـوم الأب السماوي فيها بدور رب الأسرة الـذي يحبنـا حتـى أكـثر ممـا نتخيل • وعندما نتعلم أن نرتبط بأخوتنـا وأخواتنـا فـى الـرب فإننا نكتسب تشجيعا وتدعيما نحـن بحاجـة اليـه فـى جـهودنا المستمرة للسير إثر خطوات المسـيح.

قيل أن رحلة الألف ميل تبـدأ بخطـوة ، وهـذه هـي صلاتي عزيزي القارئ أن تساعدك الفصـول التاليـة فـى أن تبدأ رحلتك الشيقة فى الشفاء الداخلـي والتـي حتمـا سـوف تؤدى إلى "حياة فائضة" كما وعـد الـرب.

كلمة للوالديـن

أود أن أوجه كلمة تنبيـه للآبـاء و الأمـهات الذيـن يقـرأون هذا الكتاب، فنحن لدينا ميلا طبيعيا لقياس قدراتنـا فـى تربيـة الأبناء عندما نقرأ مثـل هـذا الكتـاب عـن مراحـل النمـو المختلفة منذ فترة التكون وحتى المراهقـة تلـك التـى تؤثـر

فى حياة أبنائنا المستقبلية. ولأن غالبية الأباء والأمهات يحاولون جاهدين وبإخلاص أن يمدون فلزات أكبادهم بأفضل بيئة ممكنة ، فإنهم كثيرا ما يختبرون مشاعر الذنب حيال نقائض مهاراتهم التربوية.

ولذلك فإني أود أن أقول أن غرض هذا الكتاب ليس هو توجيه أصابع الإدانة على أية حال من الأحوال بل هو رسالة رجاء إلينا جميعا. وكوالدين لخمسة أبناء ناضجين ، فإني أنا وزوجي "بن" ونحن على دراية بعدم كفايتنا فى نواح تربوية كثيرة ، فإننا وجدنا أن الصلاة لأجل الشفاء الداخلي قد مكنتنا من أن نرى نور حضور الله وهو يسدد عجزنا بكفايته المدهشة. وقد صلينا متضرعين للرب إلهنا من أجل أبنائنا ، أن يعود معهم إلى تلك اللحظات من حياتهم والتي قد فشلنا نحن فيها فى إظهار الرقة والحب والعطف ، وقد قبلنا منه غفرانا لعجزنا هذا وفى بعض الأحيان كنا نصلى مع واحد أو آخر من أطفالنا من أجل ذكريات محددة لصدمة ما قد يكون تعرض لها يوما ، ولكنا فى أغلب الأحوال كنا فقط نأتي ببساطة إلى الرب بالمناطق المحتاجة إلى شفاء ونتركها له .

إن أبانا السماوي لم يتوقع منا أبدا أن نكون أباء و أمهات كاملين ، لأننا لو استطعنا أن نفعل كل شيء لأبنائنا وبدون أخطاء من أي نوع لصرنا "آلهة" بالنسبة لهم وبذلك لن يصلوا أبدا إلى معرفة الإله الحقيقي لأنفسهم. فهذه المناطق القاصرة والمجروحة بداخلنا هي عادة والتي تولد الدافع القوى لأن نلقى بأنفسنا أخيرا بين ذراعي المسيح يسوع المنتظرة ، فهو وحده الذي يستطيع أن يسدد كل إحتياجاتنا.

ولذلك فبينما أنت تقرأ هذا الكتاب ، إذا اكتشفت أي من الطرق التى لم تكن بها مصدرا للحياة بالنسبة لطفلك فإدع يسوع أن يلمس تلك الذكريات وإقبل غفرانه لنفسك ثم دع الموقف لعنايته • فالنور الذي يكشفه لنا الله اليوم ، لم يكن أبدا ليوجه ثانية إلى حياتنا لوضع المزيد من ثقل الإدانة علينا ، بل ليكون النور الذي.

يهدى أقدامنا

فى طريق السلام.

(لو ١ :٧٩)

الفصل الأول

الإعداد

ليس هناك من يسافر فى رحلة ما لم يقم بعمل بعض الإستعدادات لذلك أولاً. وحيث أننا لا نملك أية خرائط للطريق نسترشد بها ، فإنه يجدر بنا أن نستوثق الروح القدس على نفوسنا ، فهو المُرسل إلينا ليرشدنا إلى كل الحق (يو٦ :١٣) ، ولذلك فإنه سوف يقودنا إلى معرفة الحق من جهة أنفسنا. ورفيق رحلتنا هذه إلى الشفاء هو شخص ربنا يسوع المسيح ، نور العالم ، الممسوح من الآب ، الطبيب الشافي ، الذي به كان كل شيء (يو١ :٣) ، وهو وحده الذي يمكنه أن يُشبع إلى التمام حاجتنا إلى الحرية ، فقد إخبرنا أن جزءاً أساسياً من رسالته هو أن يُطلق الأسرى (لو٤ :١٨) ، وهذا يعنى إطلاقاً لكل مناطق الجسد والذهن والروح.

فقبل موت المسيح يسوع وقيامته كان الجنس البشرى كله مأسورا روحيا تحت يد الشرير ، عدونا

القديم، المضطهد لنفوسنا ، المشتكي علينا أمام إلهنا نهارا وليلا (رؤ١٢ :١٠) ولم يكن بمقدورنا أن نحصل على الحرية من ثقل الخطية والموت بصرف النظر عن سلوكنا الجيد فى محاولة إتباع كل القوانين المكتوبة فى القاموس ، ولم يكن للبشرية أية بارقة أمل أو رجاء وهى تحمل مثل هذا العبء الثقيل من الظلمة الروحية ، حتى جاء المسيح ليطلقنا أحرارا.

فيسوع قبل موته مباشرة صلى قائلا:

"أيها الآب قد أتت الساعة. مجد إبنك ليمجدك إبنك أيضا إذ أعطيته سلطانا على كل جسد ليعطى حياة أبدية لكل من أعطيته. وهذه هى الحياة الأبدية أن يعرفوك أنت الإله الحقيقي وحدك ويسوع المسيح الذي أرسلته."

(يو ١٧ : ١-٣)

إن الشفاء الداخلي يبدأ فقط عندما نقر بأننا لا نستطيع أن نصل بأنفسنا إلى الكمال مهما بذلنا من جهد ، وعندما ندرك أن الحرية الحقيقية هي فقط فى قبول يسوع المسيح كمخلص ورب.

فكثيرون فى عالم اليوم يركضون بشغف شديد من مصدر إلى آخر فى محاولات عابثة لإيجاد إجابة لهذا السؤال المستديم : "**من أنا ؟؟**" ، والمكتبات تكتظ وتمتلئ بالمواد الأدبية المتنوعة فى تطوير وتحسين الذات مع عشرات الوعود بالسعادة والرخاء والصحة التامة بل والتحرر من كل الضغوط ، وهذا فقط إذا إتبعنا نصائح المؤلف وبدأنا نتعلم أن ندرك ذواتنا. أما الكتاب المقدس ، كلمة الله الحية، فهو يتقدم لنا برسالة أكثر كثيراً فى أهميتها ، حيث يعلن لنا "**لمن نحن ننتمي**" ، وهو الحق الذي إن تمكن وتأصل فى قلوبنا لكملت مباحثنا عن الهوية بإدراكنا لأننا "**أبناء للآب السماوي**" وكففنا عن محاولاتنا الذاتية للكمال.

وإن مثل هذا الشفاء لأرواحنا يعد أثمن وأعظم عطية يمنحنا الله إياها ، فهو الإجابة لبحثنا عن السعادة ، إنه البهجة الحقيقية للحياة الأبدية .

وصلاتنا لأجل الشفاء الداخلي تمكن هذا الشفاء الروحي من أن يسرى إلى مناطق أخرى من كياننا. فعادة نحن نكون مهيئين لأن نصدق فقط الأشياء السلبية عن

نفوسنا، حتى وبعد أن قبلنا يسوع المسيح كمخلص شخصي لحياتنا فإننا نجدنا مستمرين فى الصراع مع شعورنا بعدم الإستحقاق بل والكراهية لأنفسنا أحيان كثيرة.

فنحن طوال فترة حياتنا منذ لحظة تكوننا فى بطون أمهاتنا وحتى الممات ، نستقبل ونستقبل الإنطباعات عن أنفسنا من هؤلاء الذين يشاركوننا حياتنا. إن كلماتهم و أفعالهم بل ومشاعرهم تساهم فى توصيف وتعريف شخصياتنا عن طريق إعطائنا تصور معين عن من نكون ، وعندما يكون ما يصلنا منهم إيجابي ومشجع فإننا نمتلئ بالثقة فى قيمتنا كأفراد وفى قدرتنا على تبادل الحب مع الله ومع الآخرين أيضا ، ولكن عندما يصلنا منهم ما هو سلبي و مملوء بالنقد فإننا نقبله كتعبير واقعي عن شخصياتنا ، الأمر الذي يولد المزيد والمزيد من الألم الداخلي .

لذا فإنه يصبح من الضروري علينا أن نتواصل بإيجابية بعضنا نحو البعض ، وأن نمد عمق أذهاننا بالحقائق الصحيحة والتي تعطى الحياة والقدرة على التجديد لإنساننا الداخلي ، كيما نبدأ فى أن نختبر فيض الحياة الى حياتنا الخارجية. أيضا قراءة الكتاب المقدس

والسماح لكلمة الله أن تتغلغل داخـــل ثنايـــا هويتنـــا المشوشـــة يمكن عملية الشفاء الداخلي ويجعلـــها علـــى قـــدر كبـــير مـــن السهولة. وحيث أن الكتاب المقـــدس هـــو كلمـــة الله الحيـــة ، فهو يوفر لنا مصدراً غنيـــاً للحيـــاة والشـــفاء عندمـــا نســـمح لرسالته بأن تغوص بعمق فى قلوبنـــا.

ويعطى الملحق الموجود بنهاية هـــذا الكتـــاب بعـــض أمثلة لشواهد كتابية يمكنها أن تغذى كمبيوتـــر عقلنـــا البـــاطن بالمعلومات الصحيحـــة .

وقد يكون من المفيـــد أن نقـــرأ مثـــل هـــذه المقـــاطع الكتابية بصوت مرتفع فى أوقات مختلفة مـــن اليـــوم ، وعلـــى وجه الخصوص عندما نستيقظ من النوم وعندمـــا نـــأوى إلـــى الفراش بنهاية اليوم. فالعقل الواعي يخلد إلـــى الراحـــة أثنـــاء النوم وهو بذلك لا يمثـــل أي عـــائق لفيضـــان النـــور الإلـــهي إلى العقل الباطن ، الـــذي يبقـــى نشـــيطاً جـــداً أثنـــاء نومنـــا (والأحلام هي دلالة واضحة لـــهذه الحقيقـــة).

وإنه لأمر هام أيضـــاً أن ندعـــو يســـوع المســـيح أن يرافقنا فى رحلتنا الداخلية لأنه هو وحـــده الـــذي يحمينـــا مـــن

خداع الشرير ويحفظنا من أن نغرق تحت أشـــياء كثـيرة فـــي آن واحد • فهؤلاء الذين يدخلون إلـــى غيـاهب العقـل عــن طريــق المخـــدرات ، والتحكـــم الذهنــــي ، والتنويـــم المغناطيسي ، أو أي صور أخرى غــــير طبيعيــة مـــن مثـل هذه الأنـــواع مـــن العلاجــات ، عــادة مــا يغرقـــهم العــالم الروحي • ولقد أخبرنا يسوع قـــائلاً:

" أنا هو البــاب
إن دخل بي أحد فيخلـــص
ويدخل ويخرج ويجــد مرعـــى".
(يو ١٠:٩)

مع يسوع ، الراعي الصالح الذي يعتنــــي بنـــا ، نحــن لا نحتاج أن نخاف من أن نتعـــرض لألــم زائــد أو ذكريــات جارحة فوق مستوى الإحتمال ، فــإن حضــوره ســوف يدفــع عنا أي هجوم تشـــنه علينـــا أرواح الشــر عندمـــا ندعـــوه أن يصاحبنا في رحلة الشفاء الداخلـــي.

ولذلك فإن كل صلاة لأجل الشـــفاء الداخلـــي ينبغـــي أن تبدأ بدعوة يسوع المسيح أن يسير معنـــا عـــبر المـــاضي ، فـــهو

قد كان هناك عندما تعرضنا للمرة الأولي لخبرات مؤلمة ولكن عيوننا الروحية لم تكن آنذاك بالحساسية الكافية حتى تدرك وجوده. وهؤلاء الذين يتمتعون بخيال خصب يمكنهم أن يروا يسوع آتياً إليهم بنور محبته الشافية ، ولكنه ليس ضرورياً أن يكون لنا هذا الخيال الخصب حتى نحصل على الشفاء فالأمر الهام هنا هو الاتجاه الداخلي لقلوبنا ، أن يكون لدينا الإستعداد لأن نخضع كل جزء من كياننا لعنايته مخضعين إرادتنا لإرادته.

نحن نريد أن نكتشف الشخص الحقيقي الذي يكمن بداخلنا، ساكناً أحياناً كالجميلة النائمة التى تنتظر القبلة من الأمير لتعيدها إلي الحياة مرة أخري. عندئذ فقط نبتدئ فى أن ندرك القوة الروحية التى بداخلنا ، قابلين دورنا كوارثين مع المسيح يسوع فى ملكوت أبينا السماوي. كما تشرع قلوبنا فى قبول حقيقة أننا جنس مختار ، كهنوت ملوكي ، أمة مقدسة وشعب إقتناء لكي نخبر بفضائل الذي دعانا من الظلمة إلى نوره العجيب.

(١بط ٢:٩)

صلاة

أيــها الــرب يســوع المســيح ، إنــي أدعــوك كــى ترافقني فى رحلتي داخل نفسي ، غــامرا كــل كيــاني بنــور حبك. إحمني بدمك الغالي الثمين من مكــائد العــدو ، أحطنــي بملائكتك المقدسة ودع روحك القدوس يكــون مرشــدي.

أيها الرب يسوع المســيح ، لقــد حــاولت أن أخلــص نفسي وأن أنقذها بطــرق عديــدة .. لكنــى الأن أدرك عبــث تلك الجهود وعدم جدواها. فــأنت وحــدك الــذي تســتطيع أن تعطى الحرية الحقيقيــة لأنــك أنــت هــو **"الطريــق والحــق والحياة"** (يو ١٤:٦). ولا أحــد يســتطيع أن يــأتي إلــى الآب إلا بـك.

يا يســوع ، ســامحني لأجــل كــل خطايــاي وتعــال أدخل إلى قلبي ، فها أنا أخضع كل حياتي بيــن يديــك • إنــي أقبلك ربا ومخلصا وأنا أخضـــع إرادتــي وفكــري ، جســدي وروحي ، كلى لـــك.

من فضلك إمنحني إمتياز أن أرى نفسي بعينيك حتى أعرف حقا لمن أنا أنتمي. ساعدني أن أصدق أني أبنا للآب السماوي ، وأني جد ملتصقا به فهو خالقي الوحيد.

إن قلبي يحاول أن يقاوم هذا الحب الغامر لأني بكل ألم مدركا لعدم إستحقاقي له ، إمنحني النعمة لأرى حب الآب يغمرني ويكسو عيوبي ونقائصي. إنها ليست محبتي لله بل محبة الله لي ، حينما أرسل إبنه الوحيد ليكون الذبيحة التي تحمل خطاياي بعيدا.

(يو ٣:١٦)

أيها الرب يسوع ، فلتبدأ في عملية الشفاء ، تلك التي ستمكنني من أن اقبل حقيقة خلاصي. بدد الذكريات المظلمة التي تحجب عني الرؤية. دع تجديدك لذهني يملئني بالإدراك العميق لكم أنا في وحدة وشركة معك إني أريد أن اصدق قولك

"لكني أسميتكم أحباء (أصدقاء) ،
لأني أعلمتكم
بكل ما سمعته من أبي."

(يو ١٥ :١٥)

إطلق تلك الذكريات المختبئـــة داخــل نفســي والتـــي تعيق ثقتي فى صداقتك لــــي.

بين يديك أستودع روحي وعقلـــي وجســدي ، بـــاركني بكــل ما أحتاجه لكي أكون دائما فـــى محضـــرك.

أمـــين

الفصل الثاني

مرحلة ما قبل الولادة

"ما الذي يجعلني بحاجة إلى شفاء عن الوقت الذي قضيته فى رحم أمي ؟! قبل الولادة نحن لم نكن سوى صفحة بيضاء !!". قال هذا معترضاً أحد الحاضرين في واحدة من حلقاتنا الدراسية فى الشفاء الداخلي.

حتى سنوات قليلة مضت كان من المعتقد أن نظرية جون لوك عن (الصفحة البيضاء) هي صحيحة وواقعية تماما. وكان من المعتقد أن الأطفال الرضع يدخلون إلى هذا العالم كسجلات خاوية تنتظر الآخرون حتى يكتبونها.

على أية حال فان الطب الحديث على ما يبدو قد أثبت خطأ هذا النوع من التفكير حينما اكتشف الباحثون فى عشرات من المعامل والمستشفيات أن الأجنة فى

بطون أمهاتهم هم كائنات دقيقة في غاية التعقيد. فإنه من الواضح أن الجنين في شهره السادس تبدأ في أن تنمو لديه الحواس المختلفة بطريقة حادة ومرهفة ، طبقا لما أعلنه أخصائي الأطفال ت. باري برازيلتون بالمركز الطبي للأطفال في بوسطن. فحينما تدخل النساء الحوامل (اللاتي يرتدين أحزمة على بطونهن لقياس إستجابات الجنين) حجرات بها أضواء ساطعة وأصوات مزعجة فان الأجنة تجفل وترتجف. وعلى النقيض من ذلك فإن الأصوات الهادئة والأضواء الخافتة تبدو مريحة لهم. [1]

نشرت مجلة (علم النفس اليوم) الصادرة في مايو ١٩٨١، مقالا تتحدث فيه عن موضوع "علم نفس ما قبل الولادة " ، حيث أوردت فيه بعضا من نتاج أبحاث الطبيب النفسي ليستر سونتادج ، الأخصائي بمعهد فلس للأبحاث بمدينة يلوسبرنجز بأوهايو. فإن خبرة ثلاثون عاما من الإستكشاف للدكتور سونتادج في مجال نمو الإنسان من الجنين والى النضوج ، قد أقنعته بأن "مشاعر

(١) تقرير جريدة النيوزويك ، يناير ١٩٨١

الأم خلال فترة الحمل لها تأثير لحظي ، و آخر بعيد المدى على الطفل". وبالطبع قد سارع بالإشارة إلى الصعوبة الواضحة فى جمع براهن الملاحظة التى تثبت صحة هذه النظرية نظراً لتعدد العوامل التى تؤثر فى البيئة المحيطة بالجنين أثناء وجوده فى رحم الأم. إلا أن الدلائل التى تدعم تصريحه هذا قد بدأت تتزايد سريعاً يوماً بعد يوم.

واليوم وبعد تزايد حجم المعلومات فى أبحاث علم نفس الأجنة ، فقد أنتج هذا عن تشكيل جمعية دولية لدراسة علم نفس ما قبل الولادة - يقع مقرها بالنمسا - كما ساهم أيضا فى تكوين جريدة دولية جديدة تسمى "النمو المبكر للإنسان" والتي تختص بتواصل الحياة فيما قبل الولادة و ما بعدها. إن تلك الفترة من نمو الإنسان والتي طال إهمالها قد بدأت أخيرا فى الحصول على حقها من الإهتمام الجاد بعد أن إكتشف علماء النفس أهميتها.

وقد صرح واجستين كول - أستاذ طب نفس الأطفال بجامعة كاليفورنيا - مؤخرا قائلا : "**إن الطفل فى عملية الولادة يكون فعليا بمثابة الشخص الخبير**

الملم بمجموعة التفاعلات الداخلية الحميمة التى تحدث بينه وبين الأم من خلال المشيمة ، والتي تؤثر فى كل من حالته الجسمانية والنفسية ". ٢

وهناك أحد الأبحاث الجامعية قد أظهرت أن الطفل فى شهره السادس قادرا على الشعور بالاكتئاب نتيجة لخسارة مثل فقدان الأم أو الإنفصال الدائم عنها.

ويبدأ المخ فى النمو منذ لحظة التكون بمعدل أسرع بكثير منه فى أي فترة أخرى من العمر ، حتى أنه يصل فى سن الثانية إلى ثلاثة أرباع حجمه عند الشخص البالغ.

ومن المعتقد أن لهذا النمو السريع فى الجهاز العصبي تأثيرا أكيدا على حياة الشخص كلها ، كما أنه يشرح أيضا أهمية الخبرات الأولية فى حياة الإنسان. فإن الإحساس المرهف لدى الطفل يعمل على إظهار المواقف السلبية بكيفية أسوأ مما هي عليه فى الواقع ، مشوها بذلك الإدراك الحسي لهذه الحوادث ومشوشا على فهمها. وهذا

---

(٢) تقرير "دافا سوبيل"، جريدة النيويورك تايمز، مارس ١٩٨٠

ما يعد سبباً واحداً يكفى لتفسير أهمية الصـــلاة لأجـل الشــفاء الداخلي. فصلاة الشفاء الداخلي تخلصنا مــــن الفــهم الخــاطئ لذكرياتنا الماضية حتى يمكننا أن نجني إنطباعــاً أفضــل عــن العلاقة القائمة بين والدينا وبيننـــا. وهـــذا النمــط مـــن الشــفاء بمقدوره أيضاً أن يمدنا بإطـــار أفضــل للعلاقــة مــع الله فـــى حياتنا ، حيث يوسع مداركنـــا لقبـول المزيـد والمزيـد مـــن محبته.

لقد صليت مـــــراراً وتكــراراً مـــع أنـــاس مصـــابين بمخاوف غير منطقية ومشـــاعر ذنـــب وحـــالات غضـــب أو حزن غير معلومة السبب ، وشـــعرت أنـــي منقـــادة بـــالروح القدس لأن أطلب من الرب يســـوع أن يلمســـهم أثنـــاء فـــترة نموهم السابقة للولادة. وبيـــن الحيـــن والآخـــر كـــان بعــض الأشخاص يسترجعون أحداثـــاً مؤلمـــة كـــانت أمهماتـــهم قـــد عبرت بها أثناء فـــترة الحمـــل ممـــا جعـــل الجنيـــن يمتـــص بداخله الألم والحزن أومشاعر الخزي أو الغضـــــب التـــي قـــد تكون شعرت بها الأم فى ذلك الوقـــت.

فى بعض الأحيان كانوا يدركـــون هـــذه الأحـــداث لأن أمهماتهم أو شخص آخر من أفراد العائلة قـــد أخـــبرهم بـــها.

ولكن كما يحدث فى غالبية الأحيان فإنه حتى وإن كان الشخص غير مدركا بعقله الواعي لأي من هذه الصدمات النفسية الجارحة ، إلا أن كيانه الداخلي يشعر بإحساس بالراحة والسلام والإنطلاق عقب الإنتهاء من الصلاة.

وغالبا ما مكنهم هذا التحرير من أن يأتوا بمناطق المقاومة فى حياتهم إلى نمو وإتزان أفضل.

هناك الآن العديد والعديد من الكتب التى تظهر فى المكتبات كل يوم لتتحدث عن علم نفس ما قبل الولادة ، وأغلب هذه الكتب قد وضعت بواسطة أناس يمارسون أشكال مختلفة من التنويم المغناطيسي لمساعدة الأشخاص على الرجوع بالعمر إلى الوراء إلى فترة وجودهم فى بطون أمهاتهم ، مستخدمين فى ذلك العقاقير مثل "LSD" وبعض أنواع العلاجات التى تعمل على إستخلاص المعلومات عن هذه الفترة السابقة للولادة. إن مثل تلك الأساليب من الممكن أن تكون فى غاية الخطورة حيث أنها لا توفر الحماية الروحية اللازمة عند محاولة الدخول إلى المنطقة غير الواعية من كياننا. فكما ذكرت سابقا ، أن الباب الوحيد الآمن هو شخص ربنا يسوع المسيح ،

وتحت قوة الروح القدس ، حيث يتعـــامل الــرب برفــق مــع جروحاتنا دون الحاجـــة إلـــى معونـــة العقــاقير أو أى مؤثــر آخر خارجي كى يحث على الشـــفاء.

إن الشاب الـــذي أفصـــح عــن شــكوكه بخصــوص صلاة الشفاء للفترة السابقة للولادة قــد إكتشــف الإجابــة عــن سؤاله فى ذات اليوم. فأثناء الإجتماع بعــد ظــهر ذلــك اليــوم قمنا بقيادة المجموعة فى صلاة تأملية مخصصـــة لأجــل هــذه الفترة من العمر. وبالرغم من شــكوكه إلا أنـــه كــان مســتعدا لأن يشترك فى هذه الصلاة ، لربمـــا تكــون ذات فــائدة لـــه. وفيما بعد وصف لنا إختباره قـــائلا :

شعرت أن يسوع يقتادني للـــوراء إلـــى الفـــترة التى تسبق ولادتي وبدأت أتلمس مشـــاعر غضـــب وإستياء قوية تجاه أمي ، مشـــاعر للمــرة الأولـــى أدركها بداخلي. وبينما أخذت أســأل الــرب يســوع أن يكشف لي عن مصدر تلــك المشــاعر ، تذكــرت فجأة صـــــوت أمي وهى تقـــول: ***طـــوال فـــترة حملي فى دانـــى كنـــت آمــل فـــى أن أضـــع فتـــاة صغيرة".*** **عندئذ أدركت أن موقــف أمــي قــد أنشــأ**

بداخلي شـــعور بـــالرفض منـــذ بدايـــة حيـــاتي. لا عجب ألان فى أني كنت أعـــاني مـــن مشـــاكل فـــى علاقـــاتى مـــع الجنـــس الآخـــر ، بالإضافـــة إلـــى الشعور بالاضطراب تجاه جنســـي. فســـألت الـــرب أن يشفيني من ذاك الجرح ، وفـــى الحـــال بـــدأت أشعر بموجات مـــن النـــور تغســـلني ، وقـــد بـــدا وكأن الرب يقول لي *إنـــه لأمـــر حســـن أن تكـــون رجل*" ، فبدأت أبكى من شدة الإبتهاج لأننـــي كنـــت قادرا للمرة الأولى فى حياتي أن اقبـــل نفســـي.

إن هذا ليس إلا واحدا مـــن مئـــات الشـــهادات الحيـــة المماثلة والتي قد إستمعت إليها عـــبر الســـنوات الماضيـــة. إن مثل هذا الاختبار يلقى لنا بـــالضوء علـــى كلمـــات المزمـــور المائة والتاسع والثلاثون ، والـــذي يقـــول :

لأنك أنت أقتنيت كليتـــى ،
نسجتنى فى بطن أمـــي.
أحمدك لأني قد اخـــترت عجبـــا.
عجيبة هي أعمالك ونفسي تعرف ذلـــك يقينـــا.

(مز ١٣٩: ١٣-١٤)

إن الرب حاضر بالنسبة لنا فى كل طور من أطوار نمونا، وهو قادر على تحويل أى إعاقة نفسية إلى مصدر حياة جديدة.

قد نحتاج فى بعض الأحيان إلى شفاء حتى للحظات الأولى من حياتنا ، لحظة الحمل ذاتها. فإنه لا يوجد عندي أدنى شك فى أن الحياة تبدأ فور إختراق الحيوان المنوي لبويضة ما ، وقد صلينا للعديد والعديد من الأفراد ممن لديهم مشاكل نفسية ووجدنا إستجابة مدهشة حين سألنا يسوع أن يشفيهم من أي سلبيات صاحبت الحمل بهم ، مثل عدم الشرعية أو الإغتصاب.

إن أي تهديد للحياة خلال فترة الحمل بمقدوره على ما يبدو أن يكون سببا فى إحداث قلق وخوف يلتصقان بالشخص طوال حياته. وعلى سبيل المثال ، فان إحتمالات الإجهاض وخوف الأم من فقدان الطفل من الممكن أن يجعلا الطفل يستقبل رسالة "خوف من الموت" مما يجعله يعانى من هذا النوع من القلق كشخص بالغ فيما بعد.

قد يساعدنا العلاج النفسي فـــى إكتشـاف مثـل هـذه المخاوف بداخلنا ، إلا أنه لاغنى عن محبـة يسـوع المسـيح الشافية لكيما نحصل على التحريـر التـام.

واحدة من خـبراتي الأولـى فـى هـذا النـوع مـن الصلاة كانت مع طفل بالتبني لأحـد أصدقائنـا مـن الجـيران حيث لاحظـت الأم أن الطفـل الصغـير لـم يكـن يتجـاوب بشكل طبيعي مع لمسـاتها ومعانقتـها لـه ، مظـهرا وضعـا جسمانيا متصلبا محتفظـا بقبضتيـه مضمومتيـن بشـدة فـى أغلب الوقت. كمـا كـان يعـانى مـن صعوبـة كبـيرة فـى الإحتفاظ بما يتناوله من غـذاء أو دواء ممـا أظـهر مشـاكل خطيرة فى عملية الهضم عند بلوغـه إسـبوعه الثـالث ، الأمـر الذي أدى الى إدخاله للمستشـفى.

سألني والداه أن أصلى معـه بعـد تشـخيص حالتـه على أنها إنسداد فى فتحة البواب (إنغـلاق الفتحـة الصماميـة لمخرج المعدة) ، وبعد أن أكدت الأشـعة السـينه التشـخيص وتقرر إجراء جراحة لـه.

حينما وضعت يداي على الطفل كان التوتر واضحا جدا في جسده ، فسألت الرب أن يشفيه من أعراضه الجسدية هذه. وأحسست بالروح القدس يقودني لأن أصلي لأجله أثناء الفترة السابقة لولادته ، خاصة من أجل مشاعر الخوف والذنب التي عانت منها أمه الطبيعية. فالمعلومات الوحيدة التي كانت لدينا عنها ، أنها لم تكن متزوجة ، لذا فكان من المنطقي أن نشك في وجود درجة عالية من القلق خلال فترة الحمل. وعندما سئلت يسوع أن يحرر الطفل من الكيفية التي قد جرح بها بسبب آلام أمه. أخذ الطفل يسترخي شيئا فشئ وينام في سلام ، وألغيت الجراحة حينما إستطاع أن يحتفظ بالغذاء في معدته ، وقد أخبرتني الأم فيما بعد بحدوث تغييرا ملحوظا في قدرته على التجاوب مع عواطفها.

أيضا صليت كثيرا مع أشخاص حاولت أمهاتهم أن تجهضهم. وبغض النظر عما إذا كانوا مدركين بطريقة واعية لما فعلت أمهاتهم أم غير مدركين ، فقد أحسوا طوال حياتهم بحواجز في علاقاتهم معهن وبنقص في الثقة أو بخوف غير طبيعي تجاه الأم.

وعلى ما يبدو فإن الجنين لديه درجة كبيرة من الحساسية لمشاعر الأب أيضا ، بل وقادر على إلتقاط ردود أفعاله أثناء فترة الحمل. فإن رحب الأب بهذه الحياة الجديدة وإنتظر قدومه بشغف ، فإن الرضيع يشعر بالطمأنينة والحماية. ولكن إن رفض الأب الطفل أو الأم ، أو كلاهما معا ، فإن هذا يقود الطفل إلى الشعور بحقارة الشأن وإلى شعور دائم بالدونية وصغر النفس وعدم تقدير الذات.

أوضحا إثنان من الباحثين الفنلنديين - ماتى هاتانين ، وبيكانيسكانين - أن غياب الأب أثناء فترة الحمل بإمكانه إحداث مشاكل نفسيه فى حياة الطفل فيما بعد. فقد قارنا مجموعة من الأشخاص الذين مات آبائهم قبل مولدهم بمجموعة أخرى من الذين مات آبائهم أثناء العام الأول لهم فى الحياة (معظم الآباء قد قتلوا فى الحرب العالمية الثانية). وكان من نتيجة تلك المقارنة وجود إضطرابات نفسية وسلوكية أكثر من ضعف المعتاد ، فى المجموعة الأولى ، مبينة بذلك وجود إرتباط وثيق بين

رعاية الأب العاطفية خلال فترة الحمل وبين الصحة النفسية للأم والطفل معا.

إن أى إعتداء فعلى كان أو لفظي تتعرض له الأم خلال فترة الحمل يلتقطه الطفل ويقبله كما لو كان هو المقصود به ، إذ أن الطفل آنذاك لا يميز أي انفصال بينه وبين أمه.

طلب من مشير مسيحي أن يصلى مع إمرأة كان أباها مدمنا للخمر ، وكان كثيرا ما يضرب الأم وأطفالها أثناء فترات سكره الطويلة. نمت تلك السيدة في ذلك الجو المشوب بالعداء وتزوجت في سن مبكر كى تهرب من مثل هذا البيت. وكما هو الحال في كثير من الأحيان ، فالرجل الذي قد تزوجته كان لا يقل سوءا عن أباها حتى أصبح إنفصالها عنه أمر لابد منه قبل أن يقتلها في يوم ما. وقد تطلب الأمر ساعات عدة من المشورة والصلاة على مدى شهور طوال قبل أن تصير قادرة على أن تخطو خطوتها نحو الشفاء. وقد قال ذلك المشير

"إن لحظة الإنتصار هذه قد أتت حينما صلينا من أجلها أثناء الفترة التى قضيتها فى رحم أمها." ثم أضاف قائلا : "حينما سألنا يسوع أن

يحيطها بحبـــه الواقـــي وأن يقـف حـــائلا بيـن الأم الحامل و الأب العدواني ، صــارت مدركـة أن الـرب قد كان يتلقى اللطمات بدلا مـن أمــها. وقفــزت إلـى ذهنها الآية القائلة (.. وبحـبره شـفينا) وأدركـت أن يسوع قد سمح بـأن يضـرب جسـديا خـلال آلامـه كيما تتحرر هي. وقـــد كــانت لحظـات نعمــة غـير عادية تلك التى جلبت لنفسها ســلاما غـــامرا. "

وكما يبدو فإن روح الإنسان تتمــيز بحساسـية شـديدة لمشاعر وإتجاهات الآخريـــن. فـــالجنين الـــذي ينمـــو بداخـــل رحم أمه ليس مجرد تجمــع بروتوبلازمـــى ، ولكنـــه صــورة متميزة وفريدة لحياة حساســـة ومؤثـــرة. وهـــل نجـــد تفســـيرا غير هذا للقصة الكتابية لزيـــارة مريـــم أم يســـوع لاليصابـــات نسيبتها؟! فبينما كانت مريم فـــى المراحـــل المبكـــرة لحملـــها وعلى الأرجح فى الأسابيع الأولـــى لـــها ، كـــانت اليصابـــات فى شهرها السادس ، إلا أن ذلـــك لـــم يمنـــع الطفـــل يوحنـــا المعمدان من أن يدرك حضور الله ويتجـــاوب معـــه.

"فلما سمعت اليصابات سلام مريـــم إرتكـض الجنيـن فـــى بطنـــها. وإمتـــلأت اليصابـــات مـــن الـــروح القـــدس.

وصرخت بصوت عظيم وقـــالت مباركـــة أنـــت فـــى النســـاء ومباركة هى ثمرة بطنك. فمـــن أيـــن لـــى هـــذا أن تـــأتى أم ربى إلى. فـــهوذا حين صـــار صـــوت ســـلامك فـــى أذنـــى إرتكض الجنين بإبتهاج فى بطنـــى."

(لو ١: ٤١-٤٤)

قد يبـــدو تفســـير اليصابـــات لحركـــة طفلـــها ســـاذجا بعض الشىء بالنســـبة لعقليتنـــا اليـــوم ، ولكـــن تبقـــى هـــذه الحقيقة واقعة بأن اليصابات لم يكـــن لديـــها أى طريـــق آخـــر لتمييز ظروف مريم ســـوى الإعـــلان الإلـــهى الظـــاهر فـــى سلوك يوحنا هـــذا.

يمكننا القول بأن هـــذان الطفـــلان بطريقـــة مـــا كانـــا على إتصال بعضهما البعض وهما مازالا فـــى البطـــن.

إن هذا الحس المرهف للعالم مـــن حولنـــا مـــن الممكـــن أن يجلب لنا أيضا البركات كما يجلب الألم أثنـــاء الفـــترة الســـابقة للولادة. فلأنى قـــد ركـــزت الإنتبـــاه علـــى المشـــاكل المحتمـــل حدوثها أثناء فترة الحمل ، قد يبدو كمـــا لـــو كـــانت هـــذه الفـــترة من حياتنا غير مملوءة بشىء ســـوى الســـلبيات.

ولهذا السبب أود أن أؤكـــد علـــى حقيقـــة أن الغالبيـــة العظمى منا قد ولدنا فى كنف ابوين محبيـــن ومشـــجعين ، قـــد إنتظروا ولادتنا بكل شـــغف وشـــوق. ففـــى أعمـــاق أذهاننننـــا توجد ذكريات لاحصـــر لـــها لأحـــداث إيجابيـــة عديـــدة مـــع هؤلاء الذين قد اعتنوا بنا خـــلال تلـــك الحقبـــة المبكـــرة مـــن حياتنا. وبينما نحن نتحرر مـــن الذكريـــات الأخـــرى المؤلمـــة فإننا نجد أنفسنا نبـــدأ فـــى التلامـــس مـــع الأوجـــه المبدعـــة لكياننا. ولذلك فقد يكون خطأ كبـــيرا لأى زوجيـــن فـــى فـــترة إنتظار لوليدهما أن يأخذا فـــى الخـــوف مـــن أى توتـــر فـــى علاقتهما خشـــية أن ينتـــج ذلـــك ضـــررا لايمكـــن إصلاحـــه لطفلهما المنتظر. فهناك دائما قدر من التوتـــر موجـــودا معنـــا في هذه الحياة. وإن محاولاتنا الجاهدة وتركيزنـــا الزائـــد فـــى القضاء عليه ، فى كثير من الأحيـــان لايجنـــي ســـوى المزيـــد من القلق. فقط عندما نعرف أنـــه فـــى إســـتطاعتنا أن نطلـــب حب يسوع المسيح الشافى ليقوى هذه المنـــاطق المختفيـــة مـــن حياتنا ، فإننا نستريح من عبء إصلاح أنفسنا بـــهذا الصـــدد.

إن الصلاة التالية وإنما يقصد بـــها البـــدء فـــى عمليـــة تحرير تلك المناطق التى شـــعرت فيـــها بالإفتقـــار الى الحـــب

والتأييد. إنه ليس لزاما علينا أن نكون مدركيـــن تمامـــا لذلــك النوع من الجراح ، فنـــور محبـــة الله ســـوف يفحــص خفايـــا النفس كيما يكشف عن أى أجزاء لازالت ســـقيمة بينمـــا نحـــن نستسلم للمسات محبته الشـــافية.

صلاة

أيها الرب يسوع المســـيح ، إنـــي أســـألك أن تقودنـــى الى الوراء ، إلى اول لحظـــات حيـــاتى علـــى هـــذه الارض. إرشدنى بروحك القدوس الى تلك اللحظة مـــن الزمـــن عندمـــا خلقت ، حين إتحد أبى وأمى فـــى الجســـد.

إلمس أبواى بمحبتك الكاملة وإمددهما بأى شـــىء قـــد افتقـــداه فى إتحادهما هذا كيما تصبح بدايـــات تكونـــى محاطـــة ببيئـــة إيجابية ومشجعة من النور الشـــافى.

بينما صارت مكونات حياتى تمتزج معـــا ، حررنـــى مـــن أى خلل وراثى كيما ينمو جسدى صحيحا وقويـــا. إطلقنـــى حـــرا من صفات نفسية موروثـــة قـــد تكـــون أثـــرت علـــى نمـــوى

العقلى. إلمس روحى لتغسلنى وتنقينى مـــن أى عــدم طــهارة من ماضى أسرتنى قد تعيق قدرتـــى علـــى الســيرمع المســيح يســـوع.

"لم تختف عنك عظامى حينمـــا صنعــت فـــى الخفـــاء ورقمت فـــى أعمــاق الأرض. رأت عينـــاك أعضـــائى وفـــى سفرك كلها كتبت يوم تصورت إذ لم يكن واحــــدا منــها."

(مز١٣٩: ١٥-١٦)

أنت تعـــرف الطــرق التـــى بــها أحتــاج للمســات محبتك الشافية فى هذا الجزء مـــن وجــودى أشــرق بنــورك على لتأتى إلى بالحرية والســـلام.

سربلنى برداء مـــن نـــورك الواقـــى كـــى أتلافـــى أى سلبيات قد تكون أتت على مـــن مشـــاعر أســـى وغضـــب أو مشاعر ذنب أو خوف أو خزى قد تســـربت إلـــى مـــن خـــلال الغشاء المشـــيمى.

ليتك تحيط هذه المرحلة من حيـــاتى بـــدفء يجعلنـــى أتلهف إلى لحظة ولادتى بشغف. إطـــرد أي مخـــاوف مظلمـــة

تعبث بأمنى وأمانى. بدد أية هموم أوقلـــق بخصـــوص حــالتى الجسمانية. أعنى بينما أنا أتذكر وعـــدك القــائل بــأنك دائمــا معنا ، أعنى كى أؤمن أنك لن تدعنـــى أواجــه أي تجــارب أو محن دون وجود محبتك لتشـــددنى وتؤازرنـــى.

إنى أستودع تلك المنطقة مـــن حيــاتى بيــن يديــك ، مؤمنا بأنك سوف تتمم أى شفاء أحتاجه بطريقتـــك أنــت وفــى وقت أنــت.

أمـــين

الفصل الثالث

الولادة

إن لحظة ميلاد الطفل هـي لحظة مدهشة ، لحظة مملوءة بالإثارة والروعة ، حين يختبر الأب والأم والحاضرين معهم ، يختبرون قدرة الله المبدعة في الخلق. وبحكم عملي السابق كممرضة ولادة طوال سنوات عشر، فقد كان لي الإمتياز أن أشارك في العديد والعديد من الولادات ، حيث كانت دائما تأخذني الدهشة وتغمرني مشاعر العجب .. كيف يمكن لمثل هذا الكائن الآدمي المعقد أن يتكون بهذه الدقة في ٢٨٠ يوم فقط ؟!

وبولادتي لأطفالنا الخمس تعمق هذا الشعور في داخلي ، إذ كنت في كل مرة أنا وزوجي نحتضن وليدنا الجديد ونشكر الله على عطيته الخا[illegible] لنا. وفعليا ، فإن قدوم مولود جديد عادة مايكون وقتا لتلقي الكثير من التهنئات والهدايا والكروت لهذا الحدث السعيد.

ومع كـــل هــذه البهجـــة يـــبرز الســؤال ، لمـــاذا إذا يحتاج وقت الولادة الى صلاة لأجل الشـــفاء الداخلـــى ؟!

ذلك لأن هذا الوليد الـــذى أتـــى بكـــل هــذه البهجـــة والسرور ، قد عبر لتوه واحـــدة مـــن أقســـى أحـــداث حياتـــه على الأطلاق بل وأكـــثرهم إيلامـــا ، وفـــى كـــل هـــذا نحـــن غافلون تماما عن مأساته هذه. إننا نـــدرك جيـــدا آلام محـــاض الأم والمتاعب التى تتعـــرض لـــها أثنـــاء عمليـــة الوضـــع ، ولكننا فقط فى السنوات الأخيرة الماضيـــة بدأنـــا نكتشـــف رد فعل الطفل الوليد نفسه تجاه عمليـــة الـــولادة.

وقد كان هذا نتيجـــة جـــهود طبيـــب التوليـــد الفرنســـى "فريدريك ليبوييه"، فـــهو أول مـــن وجـــه إهتمـــام الطـــب الـــى الأزمة التى يعبر بها الطفل الوليد أثنـــاء عمليـــة الـــولادة. حيـــث يصور لنا فى كتابـــه "ولادة بـــلا عنـــف" [1] التغـــيرات المدهشـــة التى وجدها فى عمليات الـــولادة ، حينمـــا صـــار كطبيـــب مـــع الممرضات أكثر حساسية لإحتياجات الطفـــل الوليـــد.

---

(١) Alfred A. Knopf , Publisher , New York ,1975

فيصرح دكتور ليبويه قائلاً: "إن مايجعل ولادتنا أمراً مرعباً هو إختبار الشدة التى تبدو مستمرة بلا نهاية وتنوع خبرات الضغط والإنقباض القوية التى تصل الى حد الشعور بالاختناق. ويقول الناس ويصدقون أن الطفل الحديث الولادة لايشعر شيئاً ، بينما هو فى الواقع يشعر بكل شىء. يشعر بكل شىء دون إختيار منه أو تمييز. فالولادة هى موجات متكررة من الإحساس تفوق أى تصورات لدينا. هى خبرة حسية هائلة لدرجة يصعب علينا تصورها ".

قام د. ليبوييه بتوليد أكثر من عشرة آلاف طفل ، أحضر الأف الأخيرة منهم إلى هذا العالم بإسلوب جديد من اللطف والمراعاة إبتكره هو بنفسه. فحيث أن الجنين فى رحم أمه لم يكن معرضاً لأى أصوات صاخبة أو أضواء ساطعة ، فإن الدكتور ليبوييه كان يخفض الإضاءة فى غرفة الولادة إلى أقل مايمكن ويوفر جواً من الصمت التام فيما خلا التوجيهات الضرورية التى يصدرها همساً.

وبعد خروج الطفل مباشرة وهو لايزال بعد متصلا

بالمشيمة ، يقوم الدكتور ليبوييه بوضعه على بطن أمه لكى يحافظ على الألفة القائمة بين الأم والطفل. وفى هذا الوضع يضرب الطفل برفق لمساعدته على التنفس بالمعدل المناسب. وبالنسبة لعموده الفقرى الذى كان محنيا طيلة تسعة أشهر حسب الوضع الجنينى فإنه يجب ألا يفرد بطريقة مفاجئة كما جرت العادة على أن يحمل الطفل من قدميه ورأسه الى أسفل ويصفع على مؤخرته وذلك لتشجيعه على التنفس ، بل يجب أن يتم ذلك بكثير من الصبر والتفهم الشديدين من جهة فريق التوليد ، الذى يقوم أيضا بتمكين الطفل الوليد من الإنفصال بصورة تدريجية عن المناخ الواقى الذى كان متوفرا له بداخل الرحم. وهكذا يتم تخفيض قسوة إجراءات الولادة بكثير من الاعتبار. [٢]

والأن يمكننا أن نسأل أنفسنا هذا السؤال ، ترى هل تنتج مثل هذه الإجراءات الحذرة فى الولادة أى تحسين أو تطوير فى نمو الطفل فيما بعد ؟!

---

(٢) لمزيد من المعلومات عن الأطباء أو المستشفيات التى تستخدم هذه الطريقة ، أكتب إلى العنوان التالى:

National Association for the advancement of methods.
P.O Box 248455 , Coral Gables , Florida 33124 , U.S.A

إنه لمن السابق لأوانه بعد أن نحكم على التأثيرات بعيدة المدى حيث أن هذه الطريقة لم تستخدم سوى فى السنوات القليلة الماضية فقط ، إلا أنه فى دراسة للأخصائية النفسية "دانييل رابابورت" بمجلس العلوم الفرنسى ، والتي قارنت فيها بين ١٢٠ طفل تتراوح أعمارهم فيما بين سنة وثلاث سنوات قد تم إحضارهم إلى الحياة بإستخدام طريقة ليبوييه وبين عدد مماثل من الأطفال إستُخِدمت معهم الطرق التقليديه فى الولادة ، إختيرت دانييل المهارات والقدرات اللغوية والنمو العام لهاتان المجموعتان من الأطفال ، حيث وجدت أنه فى كلا المجموعتين قد بدأ الاطفال فى الكلام نفس السن وبالمعدل الطبيعى إلا أن أطفال ليبوييه قد بدأوا فى السير مبكراً كما حققوا نمواً نفسياً افضل بطريقة ملحوظة.

إن الدراسات المبكرة تشير فيما يبدو إلى وجود ماهو مفيد فى هذا النظام. فالدكتور "ناثان هيرشن" الذى يعتمد طريقة ليبوييه فى عمليات الولادة فى ميامى بولاية فلوريدا الامريكية ، يصرح بأنها وسيلة ممتازه للولادة ، حيث يقول:

"أنها لاتعطى فقط طفلاً أفضل بل أنها تعطى وحدة

أسرية أفضل، خاصة فى لحظات الضغط المشحونة بالتوتر، ولعل هذه الطريقة تدفع الأم أن تحاول الإستمرار فى هذا الإسلوب الرقيق من المعاملة مع الطفل فيما بعد." [٣]

وهو يشرح لنا ذلك بقوله أن السماح للأب بالمشاركة فى عملية الولادة ذاتها بحسب إسلوب ليبوييه ، وإن كان بصورة مبسطة جدا مثل تحميم الطفل وملامسته، لهو أمر يسمح للأب بأن يختبر الفة ووئام فورى مع هذه الخليقة الجديدة. ومثل هذه الروابط المبكرة يمكنها أن تخلق درجة عالية من الإحساس بالأمان بين جميع أفراد الأسرة.

ويخبرنا تقرير حديث عن عمل ثلاث أطباء توليد من نيوجيرسى قد قاموا بتطوير دور الأب الى ماهو أبعد من ذلك حتى أنهم قد شجعوا الأزواج على القيام بعملية التوليد ذاتها بجذب الطفل نفسه وإتمام ولادته.

(٣) كما هو وارد فى مقالة صحيفة بجريدة: "ذى ميامى هيرالد" عدد ١٨ أبريل عام ١٩٨٠ ، بقلم المحررة "إينانا اونتون".

فمنذ عام ١٩٧٤ قــام "روبــرت بلــوك" و "روبــرت ديلكــز" و"مايرون ليفين" من تيرنرز فيــل بنيوجيرســى بإتمــام ٦٠٠ عملية ولادة قام بــها الأب ، حيــث أنــه بمســاعدة الطبيــب والممرضة كان الأب يحمل الطفل بمجــرد بزوغــه ويضعــه على صدر أمه ، بينما يقــوم الطبيــب بــإجراء أيــة خياطــة جراحية لازمة، وحتى الأن لاتوجــد أيــة حــوادث مؤســفة. وبفحص إستطلاعات الرأى إســتخلص الفريــق الــذى يقــود هذه التجربة "أن الأباء الذين قــاموا بتوليــد أطفالــهم نجدهــم أكثر مساهمة فى العناية بهم وبتغذيتهم ، كمــا تبيــن أيضــا أن العلاقات الزوجية تزداد قوة كنتيجة لــهذه التجربــة " [٤]

لقد كتب الكثير من أهميــة وجــود "روابــط عاطفيــة" فى المراحل المبكرة من الحياة ، بما فــى ذلــك مــن معــانى الإتحاد والإلتصاق والمضى معا ، وهــى ظــاهرة تحــدث أول ماتحدث من خلال حاسة اللمس ، حيث يكــون للطفــل قــدرة مرهفــة علــى إستشــعار الأحاســيس مــن خــلال بشــرته.

(٤) مجلــة 'PARENTS' ، أبريــل ١٩٨١

فهو أثناء فترة الحمل قد كان محاطا بسائل أمينى يعمل كوسادة تحميه من الصدمات المفاجئة. وعند الولادة يكون جلده مغطى بالكامل بطبقة سميكة من مادة لزجة بيضاء تعمل على الحفاظ على حساسية الجلد. وبالتالى فإن التلامسات والملاطفات الرقيقة فى هذه الفترة المبكرة من الحياة تدفع الطفل الى أن يثق فى هؤلاء الأشخاص الذين يقومون برعايته. وخلال فترة وجودنا على هذه الارض فإننا نظل بحاجة مستمرة الى جرعات متكررة من التلامس والمعانقة لتؤكد بداخلنا الشعور بالإنتماء. ولعل هذا هو أحد الأسباب الرئيسية التى جعلت يسوع يلمس المحيطين به بإستمرار خلال فترة وجوده فى الجسد فهو قد كان يدرك جيدا قيمة حاسة اللمس عندما كان يضع يديه على المرضى وعندما علم تلاميذه أن يفعلوا نفس الشيء.

أجرى الطبيبان "مارشال كلاوس" و "جون كينيل" الأخصائيين بمستشفى رينبو للاطفال بمدينة كليفلاند بولاية أوهايو الأمريكية ، أجريا أبحاثا موسعة عن أهمية التلامس المبكر بين الوالدين وأطفالهم. وفى أحد التجارب المحكومة بدقة قارنا أمهات كن يمضين ساعات طوال من

العلاقة الحميمة مع أطفالهن بفئة أخرى من الأمهات كن يتقابلن مع أطفالهن مقابلات قصيرة ومختصرة. فوجدا أنه بعد إنقضاء شهر واحد على الولادة كانت الأمهات اللاتى لهن علاقات حميمة مبكرة مع أطفالهن أكثر حنوا عليهم بشكل ملحوظ ، بدا ذلك واضحا فى كثرة تأملهن فى أعين أطفالهن وتكرار هدهتهم ومداعبتهم بمحبة أكثر من الأمهات الأخريات. وبعد أنقضاء عام ، تم ملاحظة هؤلاء الأمهات فى عيادة الطبيب وهن يلامسن أطفالهن بإيماءات رقيقة وناعمة بدرجة أكثر من الأخريا. وحين بلغ الأطفال من العمر عامين كانت الأمهات من الفئة الأولى يتحدثن إلى أطفالهن بعدد أكثر من الكلمات مقتصرين فى إستخدام لهجة الأمر عن الفئة الأخرى من الأمهات. ويستخلص د. كينيل أن هذه الدراسات تشير إلى أنه "كلما وضعنا الأم والطفل معا مبكرا ولفترات ممتدة من الوقت ، كلما كان التأثير أعظم وأعظم." [٥]

(٥) Maternal - Infant Bonding, Drs. Marshall Klaus & John kennel, Published by C.V. Mosly.

وفى هذا الخصـــوص تجـدر بنـا الإشـارة الـى أن هناك تلالا من الأبحاث العلمية التى قد نشـــرت مؤخـرا عـن تأثيرات عملية الولادة والساعات الأولـــى مـن الحيـاة علـى النمو النفسى والبدنـــى

للطفل فى المســتقبل. وحيـث أن معظـم مـواد هـذه الأبحاث قد تم جمعها خلال السنوات الأخـيرة ، فإنــه سـوف تنقضى سنوات أخرى عديدة قبـــل أن تتكـون لدينـا صـورة متكاملة ومدروسة بخصوص تأثير هذه الفترة علـــى النمـو.

إن خبراتى فى الصلاة للشـفاء الداخلـى قـد أقنعتنـى أن معظمنا يحتاج إلى شىء مـن التحـرر مـن آلام الصدمـة التى صاحبت ولادتنا. حتـــى أن أكـثر الظـروف النموذجيـة لايمكنها أن تلغــى تمامـا الخـوف والإسـتثارة مـن عمليـة الولادة حيث أنه علـــى مـا يبـدو أن الوليـد يكـون واعيـا ومدركا لأغلب مايحدث فى هـذه اللحظـات.

وقد ورد فـــى نشـرة مـارس لعـام ١٩٨١ للجمعيـة الدولية لعلوم الولادة حوارين دارا بين إثنتيــن مـن الأمـهات وبين طفليهما البالغين من العمر عـــامين ، كـل علـى حـدة.

فى الحوار الأول ، كـــانت "ليندا ماثيسون" تحمــم إبنـــها "تود" حين سألته قائلـــة:

الأم : هل تذكر يا "تود" كيف كـــانت ولادتـــك ؟

تود : لقد نزلت الى القنـــاة.

الأم : وبماذا شعرت عندئـــذ ؟

تود : مثل التمارين الرياضيـــة .

الأم : وماذا حدث بعد ذلـــك ؟

تود : ١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠

الأم : وما الذى حدث عندما خرجت مـــن القنـــاة ؟

تود : نـــور.

الأم : نعم كان هناك نـــور.. ، وهـــل كـــان هنـــاك شـــىء آخر؟

تود : كان الجو بـــاردا !

الأم : وأين كنت قبل أن تولد يـــاتود ؟

تود : فى فقاعة خفيفة. ولكنـــها إنكســـرت !

وفى حوار آخر بعد ذلك أعـــرب تـــود أنـــه كـــان قبـــل ولادته فى بركة دافئة نائما على مايشبه فـــراش الطفـــل ، وقـــال أنه كان خائفا من الأضواء التى كانت تـــبرق بالخـــارج.

هناك أمــا أخــرى ، وهــى "مــارى هولــتز" تقــص حادثة وقعت بينها وبين إبنها "جريجورى" البــالغ مــن العمــر عامين ، عندما كانا يتطلعان من خــلال منظــار أطفــال مــن الطراز الذى يســتخدم لــه صــورا دائريــة صغــيرة. وفــى اللحظة التى أتت الصور الىنهايتها أظــــهر المنظــار لعينــى "جريجورى" قناة مظلمة فى نهايتها ضوء خــافت. قبــل هــذا الحادث بثلاثة أسابيع كان جريجورى قد سأل أمــــه مــن أيــن قد أتى ، وهى قد أجابته قائلة: "لقد كنــت فــى داخلــى ، فــى رحمى ، ثم خرجت عن طريق قنــاة الــولادة."

وإنتهى الأمر عند هذا الحــد.

والأن وبعــد أن نظــر جريجــورى إلــى المنظــــار الفارغ ، حدق النظر فى أمه وبلهجة تخلو مـــن الدهشــة قــال لها: "إنظرى يأمى ، إنــى قــادم عــبر قنــاة الــولادة ، إنــى أولــد."

الأم : وبماذا تشعر يا "جريـــج" ؟

جريج : إنها ضيقة جــدا !

الأم : وماذا ترى !

جريج : ان الضوء ساطع جدا ! وكل الموجوديـــن يرتــدون معاطف بيضاء. حتى أبى ايضـــا.

وبعــد هــاتين المحــادثتين ، نســى كــلا الطفليــن ماحدث. والأن وفى عامــهما الرابــع لايتذكــران شــيئا عــن ولادتهما بالمرة ، حتى حينما يسئلا عــن ذلــك.

عندما شاركت هـــذه المعلومــات مــع زميلتــى فــى العمل "دايان براون" فما كان منـــها إلا أنـــها إختــبرت نفــس هذه الأسئلة مع حفيدتها "أليشــــا" البالغــة مــن العمــر ثــلاث سنوات ، فحصلت على نفس النتائج المثــيرة للدهشـــة. فربمــا إذا ما أصغينا عن قصد وبتركيز أكثر إلـــى أحــاديث الصغــار هذه ، "التخيلية" فقد نكتشف مخازن الذكريـــات الغنيــة والتـــى نحملها بداخل قلوبنا البشرية. وكمــــا أشــرنا مــن قبــل فــإن علماء النفس يعتقدون بأن العقـــل البــاطن لاينســـى أى شـــىء قد حدث فى حياة الشخص ، فحتـــى وإن كنــا فــى وعينــا لا نستجمع أى ذكريات تخـــص ولادتنــا ، إلا أن هــذه الذكـــرى تظل باقيـــة هنــاك بدواخلنـــا. فقــد صليــت مــرات عديــدة لأشـــخاص ليتحـــرروا مـــن أى صدمـــات صــاحبت عمليـــة ولادتهم وقد كانوا يتذكرون بـــالفعل المشـــهد بأكملـــه عندمـــا

كان يقفز إلى أذهانهم. وأحيانا كان البعض يصفون شعورا بالضغط على أجسادهم وهم يحسون بإنتقالهم خلال قناة الولادة ، كما كانوا يختبرون شعورا خاطفا بالخوف للحظات عند تذكرهم مشهد الولادة.

وإنى هنا أود أن أؤكد أنه ليس من الضرورى أن نطلق خبرة الولادة مرة أخرى إلى السطح لكى يحدث الشفاء. فى الواقع أن الإسترسال فى العواطف فى الصلاة للشفاء الداخلى ، أحيانا كثيرة ما يسبب إعاقة لعملية الشفاء نفسها إذ قد يحول هذا التركيز والإنتباه إلى المشاعر أكثر من العمل الداخلى الذى تحققه قوة الله الشافية.

فهناك بعض أشكال العلاج الشائعة فى هذا المجال تتطلب من الشخص أن يستعيد خبرة ولادته بكل تفاصيلها مع التعبير بالإنفعالات الحسية المناسبة حتى يحصل على الشفاء النفسى من هذه التجربة. أما الروح القدس فهو سيف ذو حدين ، من جهة فهو يعلن لنا عن إحتياجنا للشفاء وهو فى نفس الوقت غالبا ما يشفى ذكرياتنا المؤلمة من جهة أخرى. وقد يكون رد فعلنا لهذا الإعلان مصحوبا بالبكاء ولكن هذا ليس بالضرورى ، فالشفاء يحدث فقط

بسبب خضوعنا وإنفتاحنا للمسات الرب وهـــو يســتبدل الألــم في داخلنا بإحساس بالسلام والراحـــة.

حكت إحدى الســيدات فــى هــذا المجــال الإختبــار التالى ، عندما قالت لــى:

"عندما طلبت من الــرب يســوع أن يعــود بــى إلــى لحظة ولادتى ، كنت أشعر بــالخوف بدرجــة كبــيرة. فقد كان الجو على ما يبدو وقتئــذ مشــحونا بــالتوتر والناس من حولى يصيحــون بــأصوات عاليــة. لقــد كانت عائلتى دائما تتضاحك بالقول بــأننى لــم أطــق صبرا لكى أولد حتــى أن والدتــى قــد لفظتنــى فــى المقعد الخلفى من السيارة بينما كــان والــدى يحــاول أن ينقلها بأقصى سرعة إلــى المستشــفى.

وبإستعادة هذه اللحظات مــرة أخــرى فــى مخيلتــى أدركت عندئذ لماذا كــان هــذا الأمــر لايبعــث إلــى بالضحك مطلقا. فصــوت أبــى كــان غاضبــا وهــو يطلب من أمى أن تتوقف عن كل هذه الضجــة وأنــه يحسن بها ان لا تنجب هــذا الطفــل فــى سيارتــه ، بينما كانت أمى تبكــى وتصــرخ بطريقــة هســتيرية:

لا أستطيع شيئا ، إنها آتية" فى نفس اللحظة التى بدأت أخرج فيها إلى الحياة بالفعل. إن مشاعرى فى هذا الوقت كانت مملوءة بالذنب ، لقد إرتكبت شيئا أثار إستنكار والدى ، وإنه كان خطئى بالكامل.

ربما كان هذا هو سبب الشعور بعدم الإنتماء الذى صاحبنى دائما طوال حياتى.

عندئذ سئلت الرب يسوع أن يشفينى من هذه الذكريات وعلى الفور شعرت براحة وخلاص من هذا التوتر. لقد كان هذا الأمر مثل ماء دافىء إنسكب على ليغسلنى من مشاعر الذنب. وأنا أعلم أن هذا الشفاء قد أثر بطريقة ما فى نظرتى لذاتى ، إذ أن أختى علقت مؤخرا على دخولى السريع إلى العالم وإستطعت ان أضحك على هذا الامر للمرة الأولى فى حياتى."

هناك أشخاص كثيرين لم يختبروا وضعا دراميا مثل هذا عند ولادتهم ، ولكن مازال عندهم الإحتياج إلى الصلاة من أجل الشفاء الداخلى ، فالدخول إلى العالم ،

وحتى فى أفضل الظـــروف ، يحمـــل بيـــن جنباتـــه عنـــاصر التوتر والخوف التـــى يمكـــن لـــها بشـــكل غـــير واضـــح أن تعرقل بل وتعوق نمونا النفســـى. فـــأى حيـــد عـــن الإســـلوب الطبيعـــى للـــولادة مثـــل إســـتخدام الملقـــــط ، أو الـــــولادة القيصرية، أو إنقـــلاب وضـــع الجنيـــن ، أو الـــولادة المبكـــرة لأوانها ، أو ولادة التوائـــم ، أو الطلـــق المتطـــاول ، ... إلـــى اخره. كل هذه الأشياء تشير إلـــى منـــاطق لدينـــا قـــد تكـــون بحاجة إلى شفاء. وحيث أن يسوع المسيح هـــو أمســـا واليـــوم وإلى الأبد ، فإنه يمكننا أن ندعـــوه ليريحنـــا مـــن آثـــار هـــذه السلبيات التى قد صـــاحبت عمليـــة ولادتنـــا ، حتـــى يمكننـــا إختبار البهجة الحقيقية لعطية الحيـــاة.

إنه لشيء مسر حقـــا ان نذكـــر المـــرات العديـــدة التـــى ذكر فيها يسوع كلمة "حياة" فى تعاليمـــه. فـــإنجيل يوحنـــا يســـجل ٣٤ مناسبة يخبرنا فيها المسيح يســـوع أنـــه لايمكننـــا أن نختـــبر الحياة الحقيقية إلا فى شخصه ، فمثلا فى (يـــو ٦:٦٣) يقـــول:

" الروح هو الـــذى يحيـــى ، أمـــا الجسد فلا يفيد شيئا. الكلام الـــذى أكلمكم به هو روح وحيـــاة. "

وأيضا فى تلك الكلمـــات الحلـــوة حيـــث يصـــف نفســـه بأنـــه الراعى الصالح ، فيقـــول:

" قد أتيـــت
لتكون لهم حيـــاة
وليكون لهم أفضـــل."
(يـــو ١٠:١٠)

وبينما نحن نأتى إلى هـــذه الصـــلاة لطلـــب الشـــفاء ، دعونا نسأل الرب أن يحررنا من أيـــة أشـــياء تمنعنـــا مـــن أن نختبر فيض الحياة بملئـــها.

صلاة :

يسوعى العزيـــز ، إنـــى أســـألك أن تعـــود بـــى إلـــى لحظة ولادتى ، لحظة مجيئـــــى إلـــى هـــذه الحيـــاة. أرجـــوك خلصنى من أى خوف قد أكون شعرت بــــه حيـــن إعـــترضت تقلصات المخاض سكينتى وهدوئى الذيـــن كنـــت أتمتـــع بـــهما فى رحم أمى كى تدفعنى للمرور فى قنـــاة الـــولادة.

يارب ، دع لمستك الرقيقـة تـهدىء مخـاوفى وتعيـد الطمأنينة إلى نفسى بـأنك سـترعانى خـلال مـرورى بـهذه القناة المظلمـة.

يايسوع ، إنى أسـألك أن تشـفينى مـن أى مضاعفـات صاحبت ولادتـى. إذا كـان الطبيـب قـد إضطـر أن يسـتخدم الجراحة أو أن يجرى عملية قيصريـة أو أن يصحـح أى خطـأ فى وضعى داخل الرحـم ، أو أن يسـتخدم أيـة وسـائل غـير طبيعية فى ولادتى ، فإنى أرجوك يايسـوعى أن تخلصنـى مـن أى تأثير سلبى قد يكون لـهذه الوسـائل علـى نمـوى. أعطنـى النعمة لأستوثق نفسى بالكـامل فـى رعـايتك وأن أقبـل عطيـة الحياة التى تعطينى إياها من خلال والـدى ، لأقـول "نعـم يـارب، أنا أريد أن أولد ، إنى أرغب فى أن آتى إلى هـذه الحيـاة."

يايسوعى إغسلنى من كـل شـعور بـالذنب قـد يكـون عالقا بى بسبب الآلام والمعاناة التى قد سـببتها ولادتـى لأمـى ، وإذا كانت أمى قد إسـتمرت تعـانى مـن أى صدمـة نفسـية أو جسـدية قاسـية كنتيجـة لولادتـى ، أو إن كـانت مضاعفـات ولادتى قد أدت إلـى وفاتـها فـإنى أرجـوك أن تحررنـى مـن ثـقـل الإحساس بالمسئولية لهذا الوضـع الـذى يثقـل كـاهلى.

ساعدنى لكى أقبل غفرانك الذى يغسل كل مشاعر الذنب هذه، وحتى يمكننى أن أغفر لنفسى وأن أتقبل نفسى بالكامل.

يايسوع ، أنا أؤمن أنك كنت حاضرا عند لحظة ولادتى لأنك قلت ذلك للتلاميذ:

"وها أنا معكم كل الأيام إلى إنقضاء الدهر." (مت٢٨: ٢٠) ، لذلك فعند خروجى من ظلمة الرحم إلى أضواء هذا العالم ، أنا اسألك أن تستقبلنى بين ذراعيك وأن تضمنى إلى قلبك وتملئنى بالشجاعة والثقة فى مواجهة أخطار هذا العالم.

ساعدنى أن أثق فى أن حبك يحيط بى بطريقة خاصة ليحمينى فى أوقات الآلام والأزمات ، تماما كما تقول كلمات الكتاب:

"هل تنسى المرأة رضيعها فلا ترحم إبن بطنها ؟
حتى هؤلاء ينسين
وأنا لاأنساك.
هو ذا على كفى نقشتك ..."

(أشعياء ٤٩: ١٥،١٦)

يايسوع ، إزفر بأنفاسك وبروحك فـــى رئتـى لتكـون أولى لحظات حياتى مباركـــة مـن قبلـك. حررنـــى مـن أى خوف من الموت ، أو أى قلق غــير طبيعــى علــى صحتــى قد يكون تســرب لــى نتيجــة لمحــاولات إنعاشــى بطريقــة صناعية أو نتيجة لولادتـــى قبــل موعــدى ، أو نتيجــة لأيــة مضاعفات أخـــرى. إسـمح لــى أن أختـبر بهجــة وحريــة جديدتين يحيطان بعطية الحياة التى منحتها لـــى عــن طريــق والـداى.

إنى أشكرك على أبى وأمى الذان قــد أتيــا بــى إلــى هذه الحيــاة وأســألك أن تباركـــهما بصــورة خاصـــة اليــوم. وبينما أنا أتأمل فــى لحظــات ولادتـــى ، أســألك يايســوع أن تضعنى برفقة بين ذراعى أمى ، إربطنا ســويا بربــاط قــوى من المحبة التى تمكننى مــن الإحســاس بالأمـــان فــى تقبلـــها لى. عوض أى نقص فى الحب بيننا بمحبتـــك الكاملـــة.

وبنفس الإسلوب ، أســألك أن تضعنــى بيــن ذراعــى أبى حتى ما أختبر تقبلـــه لــى كطفــل لـــه. إشــفنى مــن أى إحساس بالرفض أو عدم التقبل يمكـــن أن يكـون قــد تســلل إلى داخلى ، ولتحوطنا بتأييدك الكـــامل لوجــودى.

"لأنك أنت إقتنيت كليتـــى ،
نسجتنى فى بطن أمـــى.
أحمدك من أجل أنى قد إمـــتزت عجبـــا.
عجيبة هى أعمـــالك .."

(مزمور١٣٩: ١٣-١٤)

إنى أسبحك على الطرق التى تشفى بـــها نفســـى مـــن الظلمة التى قد صاحبت ولادتـــى ، كيمـــا أســـتطيع بحـــق أن أدخل الى روعة وجمال هذه الحيـــاة.

آمـــين

الفصل الرابع

الطفولة المبكرة (المهد)

يحكى "سالمين" أحد كتاب القرون الوسطى عن تجربة أجراها "فريدريك الثانى" الإمبراطور الرومانى المقدس وملك صقلية فى القرن الثالث عشر، قائلا:

"لقد أراد أن يرى أى لغة وما هى طريقة الكلام التى سوف يتكلم بها الاطفال حين يكبرون إذا لم يتحدث إليهم أحد أثناء نومهم. لذا فقد أمر المرضعات والممرضات أن يرضعن الصغار ويحممنهم وينظفنهم دون أن يتكلمن إليهم كلمة واحدة أو حتى يداعبنهم ، لأنه أراد أن يرى ما إذا كانوا سيتحدثون العبرية لأنها الأقدم ، أم اليونانية، أم اللاتينية ، أم العربية ، أو ربما يتحدثون بلغة آبائهم وأمهاتهم الأصليين. لكن مجهوداته قد ضاعت كلها هباء إذ أن جميع الصغار قد ماتوا. ذلك لأنهم لم يستطيعون العيش

دون التدليل والإبتسامات والكلمات الحانية من مربياتهم".

وبعد تاريخ هذه القصة بسبعمائة عام أجريت دراسات مطولة فى مؤسسات تربية الأطفال وجاءت النتيجة مؤكدة تماما لرواية هذا المؤرخ القديم ، "أنهم لا يستطيعون العيش بدون التدليل والإبتسامات والكلمات الحانية".

فى العقد الثانى من القرن العشرين كانت نسبة الوفيات للأطفال الذين لم يكملوا عامهم الأول ، فى مختلف مؤسسات الأيتام الأمريكية تقترب من المائة بالمائة. ذلك كان عام ١٩١٥ حين كشف "د. هنرى دويت تشابين" عن هذه الفضيحة المذهلة فى تقريره عن أطفال الملاجئ فى عشرة مدن مختلفة. حيث أظهر هذا التقرير أنه فى جميع الملاجئ - عدا واحدا - كل الأطفال دون العامين قد ماتوا. بل إن معدل الوفيات فى دار واحدة كان عاليا بالدرجة التى صار بها من المألوف أن يكون كل رضيع عند دخوله إلى هذه الدار هو حالة ميئوس منها.

فى كتابه عن أهمية التلامس[1] يصف لنا "أشلى مونتاجو" دراسات د. "فريتزتالبوت" الذى أدخل ممارسة الرعاية الحانية والعطف إلى الحضانات الأمريكية. فبينما كان د. تالبوت فى المانيا خلال الحرب العالمية الأولى زار مستشفى الأطفال فى "دوسلدورف" ولاحظ أن العنابر نظيفة ومرتبة ، لكن الشئ الذى أثار فضوله هو وجود عجوز بدينة تحمل طفلاً فى حضنها. ولما إستعلم عنها أجابه المدير قائلا: "إنها العجوز "آنا" عندما تفشل كل محاولاتنا الطبية ولا يتحسن الطفل نسلمه إلى العجوز "آنا" وهى تنجح دائما".

لقد كانت مهمة د. تالبوت شاقة فى تقديم هذا الحل السهل لمؤسسة الأطفال الأمريكية ، إذ كانت البلاد فى ذاك الوقت متأثرة بأراء د. "لوثر هولت" التى نشرها فى كتيب بعنوان "رعاية الأطفال وتغذيتهم" ، أوصى فيه د. هولت – وهو أستاذ طب الأطفال بجامعة كولومبيا – بإلغاء السرير الهزاز ، وبأن لا يحمل الطفل عندما يبكى.

---

(١) Touching: the Human Signficance of the Skin, Harper and Row, 1971.

كما أوصى أيضا بأن يقدم له الطعـــام حســب مواقيــت دقيقــة وألا يفسد بكثرة التدليـــل.

ظلت تلك الطريقة فى العناية بـــالطفل قائمـــة إلـــى الوقت الذى أعقب الحـــرب العالميـــة الثانيـــة حيـــن أثبتـــت الدراسات أن ممارســـة "محبـــة الأم" أســـفرت عـــن نتـــائج مبهرة مع الأطفال الذين كـــانوا يرفضـــون تنـــاول الطعـــام ويموتون من نقص التغذية ، فقد كـــانت هـــذه الحالـــة التـــى يطلق عليـــها "الـــهزال التدريجـــى" مســـئولة عـــن غالبيـــة وفيات الأطفال. ففى مستشفى "بيلفيـــو" للأطفـــال بنيويـــورك إنخفضت نسبة الوفيات بين الرضـــع مـــن ٣٥% إلـــى أقـــل من ١٠%، وذلك عندما أعطيت التعليمـــــات أن كـــل طفـــل يجب أن يحمل وأن تقدم لـــــه المحبـــة والأمومـــة بصـــورة متكررة على مدار اليـــوم.

كتب "أشلى مونتاجو" قائلا : "إن كـــل مـــا يحتاجـــه الطفل لكـــى ينمـــو صحيحـــا .. هـــو أن يلمـــس وأن يحمل وأن تقدم له القبلات والأحضـــان عـــلاوة علـــى التدليل والملاطفة .. فعلى ما يبدو أنه حتـــى وإن لـــم تتوفر عناصر أخرى كثيرة فإن تلـــك هـــى الخـــبرات

الأساسية التى لابد وأن يحصــل عليــها الطفــل لكــى يحيا صحيحـاً".

ألقى مؤخراً د. "ت. برى برازيلتــون" رئيــس وحــدة نمو الطفل بمستشــفى بوســطن الأمريكيــة للأطفــال ، ألقــى الضوء على هـــذا الموضـــوع بصــورة جديــدة فــى تقريــر حديث له عن زيارته لملاجــئ الايتــام الكمبوديــة المتكدســة بالأطفال ، حيــث كــانت معســكرات الأيتــام علــى الحــدود التايلاندية وحدها تضم ٣٥٠٠ طفل. وكانت كــل واحــدة مــن الفتيات الأيتام الكبار مكلفــة برعايــة أربعــة أو خمــس مــن الصغار الذين لم يكملوا العــامين مــن العمــر. ولمــا كــانت هؤلاء الفتيات قد تعرضن أيضا لنفــس أهــوال الحــرب فإنــه لم يكـــن لديــهم مــا يســتطيعون تقديمــه لــهؤلاء الأطفــال الموضوعين تحت رعايتـــهم ، ففــى أحســن الأحــوال كــن يحملن الطفل المفضل لديهم ويتجولن به طــوال اليــوم. يقــول د. برازيلتــون:

"لقــد وجدتنــى أســتطيع أن أمـــيز الأطفـــال المفضلين وأنا واقف فى مدخل غرفـــة الأطفـــال. فعندما كنت أسير فى الغرفة وأنـــادى كـــان ذلــك

الطفل المفضل ، اليقــظ ، يتحــول بنظــره إلـــى، فهو وحده الـــذى يســتطيع أن يلتفــت ويدنـــدن ويبتسم ... أما بـــاقى الأطفـــال فكـــانوا مكتئبيـــن للغاية ، ليس لديـــهم أيـــة خـــبرات فـــى تبـــادل الحب ، الأمر البـــالغ الأهميـــة للنمـــو الطبيعـــى للطفل. إنـــهم يرقـــدون علـــى ظـــهورهم طـــوال اليوم حتى نحل الشـــعر بمؤخـــرة رؤســـهم. لقـــد تم إنقاذهم من الموت وهـــم أحيـــاء الأن ، ولكـــن نوعية حياتهم الأن بـــل وفـــى المســـتقبل أيضـــا هى بالتأكيف محل تســـاءل كبـــير. لقـــد تعلمنـــا مؤخرا من خبرة العمـــل فـــى البـــلاد الناميـــة أن الأطفـــال الذيـــن يتعرضـــون لســـــؤ التغذيـــة ويفتقدون المناخ الإيجابى فى طفولتـــهم ، عـــادة ما يكونون غير قابلين للتعلم حين يصلـــون الـــى الصف الأولى من الدراســـة".[٢]

(٢) تقرير د. "ت. برى برازيلتون" ، مجلة "الكتاب الأحمر" ، أبريل ١٩٨١.

ويبدو أن كل هذه الدراسات والأبحاث تصل إلى نفس النتيجة من حيث أن أساسات الصحة النفسية للطفل لابد وأن ترسى قواعدها أثناء فترة الطفولة المبكرة هذه ، كما وتظهر أيضا غالبية الدلائل أن الحب والعواطف التى يستقبلها الطفل من الأب أو الأم خلال السنوات الثلاث الأولى من عمره هى التى تحدد مسار النمو العاطفى لهذا الطفل فى بقية حياته. أثناء سنوات عملى كممرضة بمستشفى ولادة كانت الأمهات الجديدات يطلبن منى النصح بشأن رعاية أطفالهن. وكنت أشجعهن بحماس على الرضاعة الطبيعية وعلى أن يحملن أطفالهن بغض النظر عن الطريقة. وبجانب حماسى الشديد لهذه النصيحة فإنى أود أيضا أن أضيف وأن أشير إلى أهمية التدليل والمداعبة (اللمس) ، والوجه المبتسم (النظر) ، والكلمات الحانية (السمع) بالإضافة إلى الشم والتذوق ، وهى الإحتياجات الضرورية لأجل طفولة صحيحة. إن الغناء والإبتسامات المتبادلة وحتى كلمات المداعبة كلمات التى لا تحمل معانى معينة ، وأيضا المناوشات الساذجة بين الوالدين وطفلهم هى التى تشكل وتؤلف المحبة والعواطف بطريقة عملية. تلك النوعية من التفاعلات يجب أن يمارسها كلا

من الأب والأم لكى يمدا الطفل بمصدر وحـافز غنـى للحيـاة الإجتماعية. لقد كان "سيجموند فرويـد" يميـل إلـى الإعتقـاد بأن تعلق الطفل بأمه يرجـع إلـى كونـها مصـدر الإشـباع بالنسبة لـه مـن الناحيـة الغذائيـة. إلا أن الطبيـب النفسـى البريطانى "جون بولبى" يعتقد أن هناك غريـزة عميقـة لـدى الأطفال فى الإرتباط برمـز معيـن وفـى أن يمـيزوا بينـه وبين كافة الرموز الأخرى ، وأما هـذا الرمـز فـهو الوجـه المبتسم أكثر منه الشخص الذى يعطـى الطعـام ، فـى حالـة عدم إجتماع الصفتين فى رمز واحـد . فعلـى سـبيل المثـال فى بعض المزارع الجماعية لـدى اليـهود (الكيبوتـز) حيـث يوجد نساء أخريات غير الأمـهات يقمـن بتغذيـة الأطفـال ، إلا أنه وعلى الرغم من ذلـك فـإن الأم تبقـى هـى الرمـز الأساسى الذى يتعلق به الطفـل.

إن أهمية التفـاعل بيـن الأبويـن والطفـل لا تحتـاج إلى مزيـد مـن التـأكيد. فلقـد شـرح الدكتـور برازيلتـون للقـائمين برعايـة الطفـل فـى الملاجـئ الكمبوديـة كيـف يلاعبون الأطفال الرضع ويتحدثـون إليـهم ، ولقـد أدهشـهم أن يروا طفلا كانت له نظرات رجـل عجـوز قلـق تتحـول

ملامح وجهه إلي البقظـــة والإنصـــات بينمـــا كـــان الدكتـــور برازيلتون يداعبـــه.

"طفلا آخر يبلغ من العمر عشرة أشـــهر أدخـل البهجـة فى قلوب المسئولين عن الملجـأ - يقـول د. برازيلتـــون - عندما أخذ يقلدنى وأنا أنبش بقلمـــى علـى قطعـة مـن الورق. لم يكادوا يصدقـون أن طفــلا فــى هــذا الســن يملك كل تلك الحيوية والتجـــاوب".

وكما ذكرت فـــى الفصـــل الســابق أن الطفــل ليـــس كائنا ســـلبيا ولكنــه كيـــان إنســانى شـديد التعقيـد وشـديد الحساسية للعالم المحيط به، فإن الطفـــل أيضـــا يكـون علـى دراية تامة بالمناخ العاطفى الســائد فـى المكـان الـذى ينشـأ فيه بل ويستطيع أن يظهر رد الفعـــل المناســب لــه. أتذكـر موقفا حدث معى حين كان إبنى "كريـــس" يبلـغ مـن العمـر بضعة أسابيع ، وكنت غاضبة بسبب تعطــل ماكينـة الغسـيل وقد كانت أكوام الحفاضات وملابـس الأطفـال المكدسـة فـى أنحاء المنزل - كان ذلك قبــل إكتشـاف البـامبرز - تعبـئ الجو بروائح غير مستحبة ممـــا زادنـى شـعورا بالإنزعـاج وبينما كنت أحاول أن أنـــاقش الأمــر مــع الســيدة المسـئولة

إستيقظ الطفل وابتدأ يصرخ بكل قوته ، ولم أنجح فى أن أهدئ من روعه بأى قدر من الإهتمام. حتى مرت على صديقة لزيارتى وإلتقطته بين ذراعيها فنام على الفور. كانت تلك هى التجربة الأولى فى سلسلة طويلة من المواقف التى واجهتنى فى تربية أولادى والتى علمتنى حقيقة كون الطفل حساسا لمشاعر الآخرين. بالطبع هناك مواقف يكون فيها الطفل الرضيع نكدا ومتضايقا دون التعرض لمؤثرات خارجية إلا إن هذا أيضا لا يعطينا الحق فى أن نهمل واجبنا كوالدين فى هذا المجال. تحضرنى بهذا الصدد كلمات الصحفى الشهير "سيدنى ج. هاريس" حيث يقول:

"لقد بات من المألوف لنا الأن أن طفلا فى الثالثة أو الرابعة من عمره يستطيع أن يلتقط أى لغة أجنبية بسهولة إذا تحدث بها من حوله الآخرون ، حتى ودون أى محاولة مقصودة لتعليمه. إلا أننا مع ذلك نرفض أن نسلم بأن الطفل فى نفس العمر يلتقط مواقفنا اللاشعورية وأحكامنا المسبقة حتى دون أن يتلقنها... وعادة ما يحتفظ بها الطفل أكثر من أى تعليم آخر رسمى يتلقاه".

ولذا فإن محاولة خلق جو من التفاعل الصحى بين الوالدين والطفل عادة ما يكون له عظيم الأثر فى المراحل اللاحقة من حياة الطفل. لقد أعطتنى خدمة الصلاة لأجل الشفاء الداخلى فرصا ثمينة للصلاة مع مئات الأشخاص ، وكثيرا ما كنت أشعر بقيادة الروح القدس لى إلى أن أصلى بالتحديد لأجل فترة الطفولة المبكرة من حياتهم مع تأكيد خاص على الصلاة لأجل شفاء الأخطاء فى العلاقة بينهم كأطفال وبين والديهم. إن الذكريات الحقيقية (أو التخيلية) للشعور بالتجاهل أو التعرض للإيذاء وإساءة المعاملة أو الترك والرفض ، مثل هذه الذكريات عادة ما يكون لها أثر واضح وأكيد على قدراتنا على التكيف مع متطلبات الحياة الغير متناهية. وهنا ومرة أخرى أجد من الضرورى على أن أذكر إحدى خصائص العقل البشرى ، حيث أنه يضخم الأحداث السلبية بينما يميل إلى تجاهل الذكريات الإيجابية. ذلك لأن تلك الأولى تتحدث بصوت عال بداخلنا. فالإنفعالات المرتبطة بالخوف والألم والغضب.. إلى أخره تظهر على هيئة نبضات قوية فى جهازنا العصبى حتى أنها تصير محفورة بصورة دائمة فى عقلنا الباطن. بينما الذكريات اللطيفة لأوقات السعادة

والمرح ، والـــدفء والســـلام لا تنشـــئ بداخلنـــا نفـــس هـــذه الإستجابات الغامرة ، ومن ثـــم فـــهى لا تســـجل بنفـــس هـــذا التأكيد الواضح. ورغم ذلك فإن كل حدث يمـــس حياتنـــا إنمـــا يختزن بمكان ما بداخلنـــا ، حتـــى وإن مضـــى عليـــه زمانـــا طويلا ، وقد أظـــهر أطبـــاء الأعصـــاب هـــذه الحقيقـــة عـــن طريق إستثارة هذه الذكريات المكبوتة لـــدى المريـــض الـــذى يتم تخديره موضعيا ، وبمس مناطق معينة مـــن المـــخ بتيـــار كهربى ضعيف جدا. فـــإن مثـــل هـــذه الإســـتثارة للذكريـــات الدفينة عادة ما يتيح للمريـــض أن يصـــف مشـــاهد المـــاضى بأدق التفاصيل حتـــى إلـــى ولـــون الســـجادة والنقـــوش التـــى عليها والروائح المنبعثة مـــن المطبـــخ. هكـــذا ومـــع مـــرور الوقت إزداد تقديرى لقيمـــة الصـــلاة لأجـــل الشـــفاء الداخلـــى لفاعليتها فى تحريرنا من ثقـــل مثـــل هـــذه المواقـــف الدفينـــة المؤلمة كى نستطيع أن نصرف قدرا أكـــبر مـــن طاقتنـــا فـــى إدراك مواطن الجمال فى نفوســـنا.

يقدم لنا الآب "تيد دوبسون" مثالا جيدا لـــهذا الأمـــر فـــى كتابة "شفاء النفس – تـــأكيد الله الرائـــع". إذ يصـــف لنـــا مقابلتـــه الأولى مع الشفاء الداخلى وذلك منذ عدة ســـنوات مضـــت حيـــن

أتى إلى منزلنا طالبا الصلاة لأجل مشكلة ما في إيروشيته. لكني وأثناء حديثي معه إتضح لي أن هناك إحتياج أعمق في حياته. لقد قابل تساؤلاتي عن طفولته بحساسية ملحوظة، إذ كان قد عقد العزم على حل مشاكله الحالية المتعلقة بوظيفته ككاهن فحسب. وعلى الرغم من ذلك فقد واصلت أسئلتي بإصرار حتى أعطاني أخيرا وصفا سريعا عن خلفيته التي قد جاء منها. إلا أن هذه المعلومات كانت على قدر كبير من الأهمية منذ أن نطق جملته الأولى قائلا:

"أعتقد أني لابد وأن أبدأ أولا بأن أخبرك بأنني طفل متبني".

وصنع بقية حديثه معي خلفية واضحة بينما كنت أستمع لإرشاد الروح القدس ، ومن ثم أدركت إحتياج تيد العظيم للشفاء الداخلي. فشرحت له كيف أن إنفصالنا عن أبوينا الأصليين عادة ما ينشئ داخلنا إحساسا بالرفض التام لأنفسنا. وعلى الرغم من الحب الذي نحصل عليه ممن قد تبنونا إلا أنه يظل بداخلنا جزءا من الفراغ العاطفي تعجز أي بدائل أخرى عن ملئه. وظل تيد يقاوم هذه الفكرة ويخبرني بأنه قد علم بأمر تبنيه هذا منذ كان في الثالثة من

عمره ، وأنه قد قبل هذه الحقيقة وأنـــه لـم يعـد هنـاك أيـة مشكلة فى الأمر بالنسبة له. وبعـد تـردد شـديد سـمح الآب تيد لى بأن أصلى معه لأجل هذه المنطقـة فـى حياتـه عـاقدا العزم على أن يحتمل مهما طـال الوقـت حتـى يسـتطيع أن يتحرر من أثار هذا الأمر عليه. ويـروى لنـا الآب تيـد هـذا الحدث قـائلا:

"لم أكـن أتصـور أن يكـون للمـاضى مثـل هـذا التأثير الهائل على حاضرنا ، كما لم أكـن أتصـور أن يستطيع اللاشعور أن يحتفـظ بالذكريـات حيـة ومؤثرة هكذا رغم أن العقـل الواعـى قـد تعـامل مع المسألة منذ زمن بعيد . ولم أكـن أدرك أيضـا ماذا تستطيع الصلاة أن تفعل بـهذا الشـأن. لكـن شيئا ما قد بدأ يحـدث ... فبـدأت أبكـى. وكنـت أسمع كلماتها تأتى من مكان عميـق فـى داخلـى ، مكان لم أكن قد لمسته أبدا من قبـل. لقـد تكلمـت إلى باسم والدى الأصليين وأخـبرتنى أنـهما قـد شعرا بالأسف لأنهما أعطيانى الحيـاة ثـم إضطـرا لأن يتركـانى ، وإنمـا كـان هـذا أفضـل مـا

إستطاعاه تجاهى فـــى ذاك الوقــت. فإســتطعت أن أغفر لهما، ثم تحدثت لوالــدى الــذان قــد تبنيــانى وأخبرتهم عن مدى أسفى لأنى كنت أنفـــس فيــهما عن مشاعرى تجـــاه والــدى الأصليين. وفتحـت نفسى للحب الذى كانا يحـــاولان أن يعطيـــانى إيـاه فى كل سنى حياتى الماضــــية".

يروى تيد عن الشفاء والتحريـــر الـــهائل الـــذى قــد حققته له هذه الصلاة. ففى غضون أسابيع قليلـــة بعـــد هـــذه الصلاة إختبر تيد شعورا بأن طبقات مـــن الظلمـــة الكثيفـــة قد بدأت تتقشع من على كيانه الداخلى بينمـــا كـــان شـــعوره الدائم بالإكتئاب يتبدد. وقـــد بـــدأت حياتـــه الروحيـــة تقفـــز قفزات واسعة. وإن إسهامات تيد فى مجـــال خدمـــة الشـــفاء من خلال حلقات المناقشة والصـــلاة ، والكتـــب والشـــرائط المسجلة لهى فعلا دليل كـــاف علـــى التـــأثيرات المســـتمرة لمثل هذه الصلاة.لقد كان بداخله منطقـــة متألمـــة ومحتاجـــة إلى التحرير قبل أن يتمكن من أن يـــرى روعـــة وإشـــراق إنسانه الداخلى ، وأن يصبح الخادم الـــذى يريـــده الله.

من الجدير بـــالذكر هنـــا أن نلفــت الإنتبــاه إلــى أن ذكريات الماضى لا تنمحى بعــد هــذه الصــلاة ولكنــها تفقــد تأثيرها السلبى بسبب حضــور المســيح الشــافى فينــا. فمــن الممكــن أن تتذكــر إختبارنــا للحــزن والألــم ، إلا إن هــذه الذكريات لا تعود وتمنعنا من التلامس مــع الصــلاح الســاكن فينــا. كمــا أن وعينــا بصراعاتنــا الداخليــة يجعلنــا أكــثر حساسية وتعاطفا مع مشــاكل الآخريــن. فكثــيرا مــا يحــدث هذا الأمر ، أنه عندما نشــفى مــن ذكريــات معينــة يرســل الرب لنــا أشــخاصا يعــانون مــن ظــروف مشــابهة كــى نخدمهم. إلا إننا قد نميل إلى تجنب مثــل هــذه الخدمــة إلــى أن نتحرر بالكامل ، لكن الروح القدس عــادة لا يعمــل علــى هذا النحو. بل كما علمنا يسوع قــائلا:

"إعطوا تعطوا كيلا جيدا ملبدا مــهزوزا فائضــا يعطــون فــى أحضانكم. لأنه بنفس الكيل الذى به تكيلون يكــال لكــم."
(لو ٦ : ٣٨)

فبينما نعمل على تخفيف آلام الآخريــن فإننــا ســوف نعطى نعمة للتغلب على مشــاكلنا الشــخصية.

إن خبرتى مع الصلاة لأجل الشفاء الداخلى لهذه الفترة المبكرة من العمر قد أعطتنى مزيد من الإستبصار بأهمية وجود السيدة العذراء فى حياة المسيح يسوع. فالسيد المسيح قد علم بأهمية العلاقة الصحية بين الأم والطفل حين إختار أن يولد من إمرأة. لقد كانت لديه المقدرة لأن يأتى إلى العالم كإنسان بالغ وكامل النضج ، وبهذا يتلافى العبور بمراحل النمو المختلفة. إلا أن الكتاب المقدس يؤرخ بوضوح رغبة السيد وإستعداده لأن يضع نفسه فى النظام العائلى الذى قد خلقه الآب. فيسوع قد نمى وكبر تحت سلطان والديه "**وكان يتقدم فى الحكمة والقامة والنعمة عند الله والناس.**" (لو ٢ : ٥٢)

إن أهمية هذا الفعل من المسيح قد صارت واضحة تماما بالنسبة لى بعدما إنخرطت فى خدمة الصلاة لأجل الشفاء الداخلى وأصبحت مدركة لأن كثير من جراح الماضى ترجع إلى إضطراب فى العلاقة الأولية بين الأم والطفل والتى عجزت أى من طرق العلاج المعتادة فى تصحيحه . وبمرور الوقت أخذت فى ملاحظة التغيرات الدرامية التى تحدث فى حياة الأشخاص الذين

يعانون من ذكريات مؤلمة بخصوص أمهاتهم حين كانوا يسألون الرب يسوع أن يرد لهم علاقة الأمومة التى قد سبق وفقدونها بطريقة أو بأخرى. عادة كانوا يختبرون نوعا من الشعور بالراحة والسلام ينبع من دواخلهم منشئا إحساسا بالخير والسعادة. وقد وصف أحدهم هذا بأنه أخيرا شعر بالإنتماء إلى شخص ما يعتنى به حقيقة.

إنى أتذكر صلاتى مع خادم إنجيلى كانت خدمته قد أصبحت مهددة بسبب نوبات الإكتئاب المتكررة التى كانت تواتيه من وقت لآخر. وكان قد لجأ إلى طلب مساعدة نفسية متخصصة من قبل وتوصل إلى أن مشكلته ترجع إلى موت والدته المفاجئ حين كان فى الثالثة من عمره. وهو قد تربى بعد ذلك فى عدة بيوت مختلفة حيث نال قسطا قليلا جدا – وربما لم ينل على الإطلاق – من العطف والحنان ، وقد عبر عن ذلك فيما بعد قائلا: "**كانت طفولتى تبدو كفراغ كبير ينتظر ما يملئه**". وكان هذا الخادم قد أتى لحضور إحدى الحلقات الدراسية عن الشفاء الداخلى بعطلة نهاية الإسبوع. وكان اليوم السبت حين لحق بالحاضرين فى المكان وكنت عندئذ أصلى لأجل

الشـــفاء الداخلـــى لفـــترات مختلفـــة مـــن العمـــر فـــى حيـــاة الحاضرين. ولم يكـــن يبـــدى أى تجـــاوب حتـــى أتيـــت إلـــى الصلاة لأجل سنوات المهد والطفولـــة المبكـــرة حيـــث طلبـــت من الرب أن يمنحنا الحب الأمومـــى الـــذى ربمـــا نكـــون قـــد إفتقدنـــاه بطريقـــة أو بـــأخرى ، وأن يســـدد أى عجـــز فـــى علاقاتنا بأمهاتنا. عندئذ صـــــار يقـــاوم بشـــدة معتقـــدا بـــأننى أحاول أن أفرض عليه بعض الصلوات التقليديـــة. وفـــى هـــذه اللحظة سمع صوت يسوع يحدثه فى أعمـــاق قلبـــه قـــائلا: **"لا تخف من أن تقبل حبى الأمومى ، فـــهو لـــن يبعـــدك عنـــى".** حينئذ إقتحمه فيض من العواطف حيـــن أخـــذ يتصـــور وجـــها جميـــلا وعينيـــن رقيقتيـــن وذراعيـــن مفتوحتيـــن لإســـتقباله. سنوات من الوحدة أخذت تزول وتتمحـــى هـــذا المســـاء حيـــن بدأ هذا الفراغ العميق يمتلئ بـــــالنور.

ولعل التركيز علـــى دور الأم فـــى المرحلـــة الأولـــى من حياة الطفل لا يأخذ أنظارنـــا بعيـــدا عـــن أهميـــة علاقـــة الطفل بأبيه . فيمكننا أن ننظر إلى حياة يســـوع وإلـــى إســـهام يوسف المتميز فى العناية به كطفـــــل ، حيـــث نـــرى يوســـف كمثال ممتاز لأهميـــة حساســـية الأب للـــروح القـــدس. فـــإن

عمق علاقته مع الله ورغبته فـــى الخضـــوع لمشـــيئة الله الآب هما العاملان اللذان قد وفرا الحماية والإرشـــاد والقـــوة لحيـــاة الطفل يســـوع. والآن تشـــير كـــل الدراســـات الحديثـــة عـــن علاقة الآباء بالأبنـــاء إلـــى أن غيـــاب الأب أو تقصـــيره فـــى الرعايـــة العاطفيـــة هـــو أحـــد العوامـــل الأساســـية المســـببة للجرائم التى يرتكبها الأحداث والتى تـــتزايد بمعـــدل مزعـــج. وكمـــا ذكـــرت ســـلفا فـــإن الآبـــاء الآن يعطـــون الفرصـــة للمشاركة فى علمية توليد أطفالهم فـــى غالبيـــة المستشـــفيات ، وذلك لتشجيعهم على القيام بدور أكـــثر إيجابيـــة فـــى عمليـــة تربية الأولاد بكل مراحلـــها.

لقد ضرب "بن" زوجـــى مثـــالا رائعـــا فـــى الرعايـــة الأبوية. ففى المراحل الأولى لحياة أبنائنا لم يـــتردد أبـــدا فـــى إحتضانهم واللعب معهم وإطعامهم والتغيير لـــهم أيضـــا عنـــد الإحتياج. وإننى أعزى ما يتمتعون به من صحـــة نفســـية إلـــى تضامن جهودنا وتصميمنا لأن نعطيهم أكبر قـــدر ممكـــن مـــن الحب والرعاية. لقد صار مـــن المنطقـــى أن الطفـــل يســـتطيع أن يصل إلـــى مرحلـــة النضـــج بـــلا مشـــاكل إذا مـــا تمتـــع بالرعاية النفسية الصحيحة مـــن كـــلا الوالديـــن ، وإن فقـــدان

الطفل لأحد والديه سواء بالموت أو بأى شكل أخر للإنفصال إنما يسبب جرحا عميقا لكيانه الداخلى. لكننا حتى وإن لم نختبر مثل تلك الصدمات الواضحة خلال طفولتنا المبكرة إلا أن عقلنا الباطن قد يظل محتفظا بأثار مبهمة للإنزعاج مما يسبب المشاكل فى نمونا العاطفى. ولذلك فإن محاولة التعرف على أسباب الألم الداخلى عادة ما تكون أكثر يسرا إن كنا على دراية بالمواقف التى أدخلت الحزن والأسى إلى حياتنا.

قد يشعر الأشخاص الذين قد تربوا فى أحضان والدين سخيين فى العناية بهم ويبذلان قصارى جهدهم لتسديد إحتياجات فلذات أكبادهم ، قد يشعر هؤلاء الأشخاص بالخيانة حين يتفكرون فى عدم كمال والديهم. إلا أنه ، وكما ذكرت سابقا فبسبب عدم كمالنا لا يستطيع الوالدان أن يقوما بالعناية بأطفالهم بطريقة مثالية بالكامل وبلا أخطاء. فكل منا ، بغض النظر عن رغبتنا فى أن نحب أولادنا ، يفشل فى بعض الأحيان فى تسديد إحتياجاتهم. مما يترك لدى الطفل شعورا مبهما بالإهمال أو نقص الحب. ولأن الأطفال بطبيعتهم متمركزون حول

ذواتهم تماما بل ويستوعبون كل شئ - حسب عالمهم الصغير - وكأنه يدور فى فلكهم الخاص ، فإن أى خرق حتى ولو كان طفيفا لهذا المنوال فإنه يفسر لديهم على أنه نقص فى المحبة مما قد يؤدى بطريقة خادعة إلى تشوه حقيقة إستيعابهم لذلك فى المراحل اللاحقة من عمرهم.

إن محبة يسوع المسيح الشافية هى فقط التى تحل مشكلة هذا الفراغ حين يمتلئ كياننا الداخلى بحبه الكامل. وقد تكون الصلاة التالية بمثابة خطوة للأمام تصحب معها حضور المسيح الشافى إلى هذه المنطقة من إنساننا الداخلى.

صلاة:

أيها الرب يسوع ، اسألك أن تعود معى وتصحبنى إلى سنوات مهدى وطفولتى المبكرة مسلطا نور روحك القدوس على الأركان المظلمة فى ذاكرتى. وبينما أنت تنير كيانى الداخلى إلمس تلك المناطق التى أشعر فيها

بـــالفراغ والوحـــدة. ولأن قلـــب الإنســـان بطبيعتـــه شـــــديد الحساســـية لأفكـــار ومشـــاعر الآخريـــن ، فـــإنى أســـالك أن تشفينى من أى شعور - حقيقـــى أوتخيلـــى - بـــالرفض مـــن أمى أو أبى أو ممن قاما بدورهمـــا فـــى حيـــاتى خـــلال تلـــك المرحلة من نمـــوى.

وإن كنت قد إنفصلـــت عـــن أى مـــن والـــدى بســـبب المرض أو المـــوت أو أى ظـــروف أخـــرى ، فمـــن فضلـــك حررنـــى مـــن شـــعورى بالخســـارة والـــترك. إملـــئ كيـــانى الداخلى بحبـــك.

يا يسوع ، هبنـــى أن أدرك حضـــورك الواقـــى الـــذى يحرسنى ويقودنى خلال ســـنى حيـــاتى الأولـــى تمامـــا كمـــا أعطاك الآب أمانا من خلال وجـــود يوســـف النجـــار وســـهره على رعايتك. دعنـــى أشـــعر بذراعـــى آب حنـــون تحيطـــان بى. وإن كان أبى قد عجـــز عـــن إظـــهار عواطفـــه نحـــوى فدعنى ألمس الأحضان وإيماءات المحبـــة التـــى ليديـــك أيـــها الآب المحب. لقد كنت دائمـــا تدعـــو الأطفـــال كـــى يـــأتون ويجلسون فى حضنك. أرجوك أن تمكننى مـــن أن أقبـــل هـــذه الدعوة نفسها المقدمة للطفل الكـــائن بداخلـــى.

يارب أشـــكرك لأنــك تــدرك إحتيــاجى لحنـــان الأم ودفئها وأنك تســتطيع أن تــهبنى هــذا النــوع مــن الحــب. ضمنى إلى ذراعيك فى هذه المناطق التى إحتجــت بــها إلــى مزيد من الحب والرعايــة. أســألك أن تحملنـــى علـــى يديــك وتدللنى علـــى ركبتيــك.* وأن تــهدهدنى بأغــانى وقصــص الأطفال حتى تبعث فـــى نفــس الطمأنينـــة والســلام.** إنـــى أقبل حبك ولمساتك الحانيـــة لتشــفينى مـــن الشــعور بـــالترك والإهمال ولتشبع إحتياجى العـــاطفى.

يا يسوع ، إن كـــانت هنـــاك أى مواقــف بـــها إيـــذاء جسدى أو معنوى فى سنى حيـــاتى الأولـــى فالمســـنى وإشــف الآثار الداخلية لتلك الذكريـــات ، كمـــا قلــت مـــن قبـــل أننـــا بجراحاتك قد شُفينا. إمنحنى النعمة لكى أغفـــر لـــهؤلاء الذيـــن لم يعاملوننى بالحب والإحترام كما غفرت أنـــت لمعذبيــك.

---

* "على الأيدى تحملون وعلى الركبتين تدللون. كإنسان تعزية أمه هكذا أعزيكم أنا". (أش ٦٦ : ١٢)

** "يبتهج بك مغنياً ومسبحاً" (صفنيا ٣ : ١٧ من ترجمة K.G) (المعرب)

يا رب ، إن كانت سنوات مـــهدى وطفولتـــى المبكـــرة قد إحتوت على أى فترات من المرض والألـــم فمـــن فضلـــك حررنى مما قد أثرت به هذه الفـــترات علـــى حيـــاتى. أحـــط معاناتى بحضورك المريح ، مؤكـــدا لـــى أنـــى لســـت وحيـــدا وسط هذه التجارب والآلام. زد من إيمانى وثقتـــى فـــى حبـــك لـــــى.

إنى اسلم ليديك هذا الجزء من وجـــودى ، مؤمنـــا أنـــه من خلال مراحمك غير المحدودة سوف يتحقـــق لـــه الصحـــة والشـــفاء.

أمـــين

الفصل الخامس

الطفولة

من المؤكد أن كلٍ منا كان طفلاً في وقت ما ، في مكان ما. قد يبدو هذا واقعاً أكيداً ، إلا أنه ليس صحيحاً بالكامل ، إذ أن الطفل الذي كنا نحياه يوماً ما لم يختف تماماً وبلا رجعة ، بل أنه مازال باقياً في داخلنا ، مؤثراً في كل ما نفعله ونحسه.

فكلٍ منا يحمل داخله طفلاً دائم الوجود ، مجموعة من الأحاسيس والإتجاهات التي تبقى فعالة منذ الطفولة مهما بلغنا من العمر. وفي الواقع أنه كلما تقدم بنا العمر كلما إزدادنا ميولاً للعودة إلى تلك الأفعال الطفولية التي كانت تميز صبانا. ولعل زيارة قصيرة لأي دار للمسنين لسوف تؤكد لنا هذه الحقيقة.

والطفل الذي بداخلنا هذا يجعلنا نرى الحياة في صورة مشوهة ، فعقلنا الراشد يعطينا عادة تقييماً ناضجاً

وذكياً لكل موقف معين ، بينمـــا يــرى الطفــل الداخلـــى فينــا نفس الظـــروف المحيطـــة مـــن خـــلال المحتـــوى العـــاطفى لخبرات الماضى. ومثل هـــذا الإختـــلاف البيـــن بيـــن عقلنـــا الناضج والطفل فينا يسبب لنا الكثير مـــــن الحـــيرة والتشـــوش فى عملية إتخاذنا للقـــرار.

عندما أتيحت لىَّ مع زوجـــى الفرصـــة للإنتقـــال مـــن "إلينوى" - الولاية التى نشأنا بـــــها - إلـــى ولايـــة فلوريـــدا ، بحثنا معاً بعقلنا الناضج كل الإحتمالات بـــــتروى وحكمـــة ثـــم إتخذنا قرارنا بالســـفر وبدأنـــا فـــى الإســـتعداد لذلـــك. ولكـــن طفولتنا الداخلية بدأت هـــى الأخـــرى تتفـــاعل مـــع مجموعـــة من المشاعر القوية، ليس من أقلها الخوف مـــن الإنتقـــال إلـــى مكان جديد وترك العائلة والأصدقاء. إن مثـــل هـــذه المشـــاعر من الخوف والقلق والتى وجدت صـــــدى لـــها فـــى رد الفعـــل السلبى لأبنائنا تجاه فكرة الإنتقال ، قد جعلتنا نعتقـــد بأننـــا قـــد إتخذنا القرار الخطأ. ومع ذلك فإننا قررنـــــا الإلـــتزام بقرارنـــا الأول ، وبتعضيـــد مـــن نصـــح وصلـــوات أكـــثر الأقـــارب والأصدقاء عقلا وإتزانا سافرنا إلـــــى فلوريـــدا. وقـــد وجدنـــا بعد سفرنا إنها كانت تجربة مفيـــدة وفرصـــة هائلـــة لنمونـــا

كنا سوف نخسرها لو أننا إستجبنا لمشاعر الخوف التى إنتابتنا.

إن واحداً من أقوى الإتجاهات وأكثرهم شيوعاً فى بيئتنا وثقافتنا فيما يختص بالطفولة هو الإعتقاد السائد بأنك تتوقف عند نقطة معينة وتكف عن أن تكون طفلاً لتكون ناضجاً إلى الأبد فيما بعد. وهذه الفكرة الخاطئة تجعل الكثيرين يجدون صعوبة فى التعامل مع حياتهم العاطفية ، فمن متطلبات السلوك كأشخاص راشدين أن نطرح وأن ننبذ كل ما يمكن أن يفسر أو يؤوّل على أنه تصرف غير ناضج. وحيث أن الدموع والضحكات والتصرفات التلقائية تشكل جزءاً كبيراً من طفولتنا ، فإنه يلزم علينا أن ننبذها من سلوكنا!

إن كان هذا صحيحاً ، فلماذا قال يسوع:

"الحق الحق أقول لكم إن لم ترجعوا وتصيروا مثل الأولاد فلن تدخلوا ملكوت السموات." (مت ١٨ : ٣) ؟!

إن يسوع لم يقصد أن نظل فى حالة طفولية من جهة النمو وإنما أن نبقى على سمة الطفولة البريئة التى

تجعلنا منفتحين على حضور الله بشكل أيسـر. إنـه يسـألنا أن نحتفظ بمشاعر الطفل البسيطة التى تمكننا مـن القـدرة علـى أن نثق فـى الآخريـن عنـد الإحتيـاج. أن نحتفـظ أيضـاً بالقدرة على أن نُعجب وأن نندهـش ، تلـك الأمـور اللازمـة لكى نقبل الحياة فى العـالم الروحـى. فـالكثير مـن الأمـور الروحية تبدو غير معقولـة لعقولنـا المنطقيـة والعلميـة ، إلا أن الطفل الصغير الكامن بداخلنا هو وحده فقـط الـذى يملـك القدرة على مغامرة الدخول إلى تلك الآفاق غـير المألوفـة.

وبالرغم من ذلك فـإن غالبيـة الأشـخاص البـالغين مازالوا يشعرون بالكثير من الحـرج إذا مـا فعلـوا أى شـئ يمكن أن يتسم بالطفولة ، فإننا كثيرا مـا نجـد أنفسـنا نـأخذ دور آبائنا ومعلمينـا فـى إيقـاع العقـاب بأنفسـنا حتـى لا يصدر مثل هذا التصرف منا ثانيـة. ولعـل تلـك الإجـراءات التأديبية هى المسئولة عن السلوكيات المدمـرة التـى تمـارس بصورة واسعة فى عالم اليـوم.

إن الطفل الذى يدعونا يسوع أن نكونـه اليـوم نجـده يجد صعوبة بالغة فى أن يظهر فى بنيـان عالمنـا المعـاصر

الذى لا يسمح حتى للأطفال أن يكونـــوا أطفـــالاً. ففـــى عـــام ١٩٦٣ أصدرت جمعية "مدارس اللعب" كتيباً تقـــول فيـــه:

"أن تكون طفلاً فإن هذا أمراً لم يعـد كمـا كـان من قبل، فـ"هـوك فيـن"* صـار جانحـاً فـى نظر المجتمـع ، و "تـوم سـوير"* شـخصاً لا يعمل بكل جـهده ، و "جيـم هوكـنز"* صغـير جداً على أن يكون غلام السـفينة ، ومـن هـذا الذى سوف يترك "أليـس"* تبقـى هكـذا دون شيئاً تفعله سوى الجلـوس فـى ظـل شـجرة وارفة لتحلم فى أمسـيات الصيـف ؟! ...

إن طفل اليوم يسير على حبل رفيـع مشـدود مـا بيـن الـترك والإهمـال وبيـن الضغـوط الشديدة. فهو إما محاط بكثير مـن الإغـراءات والمؤثرات أو بلا شئ علـى الإطـلاق. وربمـا قد نسى تماما كيف يلعـب... ، فالآبـاء اليـوم

* أسماء لأبطال بعض قصص أدب الطفل الشهيرة فى الغرب ، بعضها معروف لدينا فى الشرق مثل "اليس فى بلاد العجائب" (المعرب)

يهتمون ويقلقون بشأن تفوق أبنائهم الدراسى وهم لم يتخطوا بعد مرحلة الحضانة."

لم يحدث قبلا فى التاريخ أن منحت دولة إهتماما كبيرا ومالا وطاقة فى تربية الأطفال مثلما يحدث فى الولايات المتحدة الأمريكية الأن. فالآباء يقضون معظم الوقت فى قيادة السيارة لأطفالهم وفى تسليتهم وتعليمهم ، وأنا نفسى قد شعرت ذات مرة أننى أحتاج إلى تدخل جراحى لكى أنزع من خلف عجلة القيادة حيث كنت أقضى العديد والعديد من الساعات فى نقل أطفالنا الخمسة من مكان إلى آخر. ومع ذلك كله وبالرغم من كل هذا الإهتمام الذى يلقاه الأطفال ، فلا أحد منا يرغب فى أن يكون طفلا فى عالم اليوم ، فمجتمعنا الأن لا يوفر للطفولة الحرية والتلقائية التى تتميز بهما هذه المرحلة من مراحل النمو.

ومن أروع ما كتب فى هذا الصدد ، كتابا بعنوان "مؤامرة ضد الطفولة" بقلم د. إيد لاشين ، حيث جاء فيه التعليق التالى:

" كثيراً مـــا تتسـم علاقاتنـا بأطفالنـا اليـوم بالحدة والتوتر ، ويبدو وكأننا قد نســينا كيـف نكون أباء ، أو أننا نخاف مـن أن نكـون أبـاءً حقيقييـن! فنحـن نخشـى توجيـه أطفالنـــا وقيادتهم فى أن يصبحوا بتقــدم العمـر أناسـاً على قدر من المسئولية والشـعور بالكرامـة ، ذوى هدف لحياتهم. إذا نحن نفعل لـــهم بعـض الأشياء التى يجب أن يفعلونــها هـم بأنفسـهم مثل إصطحابهم إلـى المدرسـة بالسـيارة فـى الوقـت الـذى يسـتطيعون فيـه أن يمشـون بمفردهــم ، أو أن نعتــذر لجدتــهم بالنيابـــة عنهم على إنشغالهم عن كتابـة بطاقـة تهنئـة لها فى عيد ميلادها. وعلـى الناحيـة الأخـرى فإننـا نجعلـهم يقومـون بأشـياء هـم غـير مستعدين بعـد لأدائـها بـالمرة ، مثـل تعلـم الأرقام والحروف فى سن الثانيـة والنصـف."[1]

(١) Atheneum Publishers, New York, 1967

وهنا يطرح الكاتب قضيــــة مثــيرة تخــالف الإعتقــاد العام والسائد ، فهو يقول أن إتجاهاتنا فـــى التدليــل والتســاهل تجاه الصغار لا تعكس أبدا أيـــة رقــة أو عذوبــة أو عطــف وإنما رغبــة مفرطــة فــى التخلــص مــن ســمات الطفولــة المزعجة لنـــا. فــالألم الــذى بدواخلنــا والمتعلــق بخــبرات طفولتنا الخاصة إنما يصنع نوعا من الإســقاط علــى أطفالنــا، وكلما رفضنا الإلتفات إلــى الطفــل الكــائن بداخلنــا منكريــن حتى مجرد وجوده كلما حاولنا أكــــثر أن نحــرم العــالم مــن حولنا من رؤية وإختيار طفولة حقيقيــــة.

ولكن تبقى كلمـــات يســوع واضحــة بــهذا الشــأن ، فمن غير الممكن أن تصبــح عضــوا فــى ملكــوت الآب دون أن يكون لك سمات الطفولة هذه. فـــهو يخبرنــا إذا أن نجعــل من أنفسنا أطفالا "مثل هذا الولــد." (مــت ١٨ : ٤) ، مشــيرا بذلك إلى دور الإرادة مـــن جانبنــا. أو بمعنـــى أخــر يجــب علينا أن نسمح لأنفسنا بـــأن نجــرى وأن نمــرح وأن نلعــب فى بيت أبينا. وهذه الفكــرة شــديدة التــهديد لمعظمنــا ، فقــد جاهدنا كثيرا لكى نصبح أناســـا نــاضجين ومســتقلين يعتمــد عليــهم ، وقــد إنتفخنــا إطــراء لتلــك الســمات الخاصــــة

بشخصياتنا مرات ومرات. وبدون محبة يسوع الشافية لن يمككننا التخلص من مثل هذه التحفظات التى تمنعنا من أن نكون أناس بسطاء وتلقائيين.

وغالباً ما يقف المؤلم من ذكريات الطفولة كحاجز بيننا وبين محبة الله لنا. فنحن قد تعلمنا من يسوع أن نخاطب الله كآب لنا ، ولكن إن تشوهت فكرتنا عن الأب وعن معنى الأبوة فسوف نبدى مقاومة كبيرة لعلاقة من هذا النوع. فإن كان أبونا الجسدى شديد الصرامة ، فإننا نميل لأن نخلع هذا الإتجاه على أبانا الذى فى السموات متوقعين إياه أن يؤدبنا بنفس القسوة على أقل شئ مغضب يبدر منا. وبهذا النمط من التفكير نحن نبدأ فى الإعتقاد بإن إرادة الله من جهتنا قاسية بل وصارمة أيضاً. ومن ثم نبدأ فى التسأول: لماذا نودع حياتنا فى يدىَ إله مثل هذا ؟! فلماذا نخضع حياتنا لمثل هذا النفوذ مرة أخرى؟!

وإن لم يكن بإستطاعة أبونا الجسدى أن يظهر المشاعر والعواطف نحونا ، لأحسسنا بعدم محبة باقى العالم لنا أيضاً. إن حياة الأب – كما يقول أحد الكتاب الفرنسيين – لها سريتها وغموضها ، فالساعات التى

يقضيها فى المنزل ، والحجـــرة التـــى يعمـــل بـــها والأشـــياء المتعلقة به من أغراض وهوايات معينـــة يصـــير لـــها طابعـــاً مقدساً. ونحن نميل للتسليم بوجـــود أمـــهاتنا كـــأمر مســـلم بـــه وذلك لأننا فى الأغلب قد إعتدنـــا الحصـــول علـــى إنتباهـــهن كأمر طبيعى ، إلا أن إتجاه آبائنا أثناء فـــترة الطفولـــة بوســـعه أن يؤثر تأثيراً شديداً على تصورنـــا لأنفســـنا. فنحـــن نريـــد مثلاً أن نرضيه ونلفت إنتباهه (خاصة إذا كـــان هنـــاك إخـــوة وأخوات يتنافسون لنيل ذلـــك الإمتيـــاز). إن غايـــة كـــل ولـــد وبنت فى أن يصـــير الطفـــل المفضـــل عنـــد أبيـــه تجعلـــهم يذهبون إلى آفاق بعيدة لتحقيق هذا الـــهدف. فكـــم مـــن نســـاء قصوا على أنهم قد برعوا فـــى نـــوع مـــن أنـــواع الرياضـــة سعيا لجذب إنتبـــاه آبائـــهن. وبنفـــس الكيفيـــة إســـتمعت إلـــى الكثير من الرجال يعزون إختياراتـــهم المهنيـــة لتـــأثير آبائـــهم عليهم.

ويمتلـــئ الأدب والدرامـــا بـــالعديد مـــــــن القصـــــص والروايات التى تحتوى على أفراح وأتراح العلاقـــة بيـــن الآبـــاء والأبناء. والعهد القديم أيضا يوفر لنـــا الفـــرص الكثـــيرة لدراســـة آثار القبول الأبوى على حياة الأبناء. فرفقـــة كـــانت تـــدرك تلـــك

الحقيقة جيدا حين تواطئت مع إبنها يعقوب محاولة الحصول على البركة من أبيه المحتضر إسحق. فهى قد علمت أنه ما كان يعقوب ليتمم ما كتب له دون بركة إسحق أبيه. وبالرغم من أن ذلك الإمتياز كان من نصيب عيسو إلا أن رفقة قد حرصت على أن يكون يعقوب هو الإبن المختار. (إنظر إلى تكوين ٢٧)

أيضا تحتاج الفتيات الصغيرات للتدعيم العاطفى من آبائهن كى يكبرن وهن مطمئنات من جهة أنوثتهن. إن العديد من النساء اليوم يحاربن من أجل بعض الحقوق التى قد حرموا منها منذ عدة سنوات لكثير من الاسباب. فى حين أن الحرية الحقيقية للمرأة ينبغى وأن تنبثق من الداخل ، من شفاء الطفل الذى أحس بأنه مرفوض وغير محبوب . وهكذا تستطيع النساء حينئذ أن تعمل بنشاط أكثر بل وبنسبة أقل من التمرد والغضب تجاه مجتمع يضمن لكل شخص حقوقه.

لقد ترددت كثيرا قبـــل أن أضيـــف موضـــوع ســـفاح القربى[٢] (إغتصاب المحارم) إلى المشاكل التـــى نتعــرض لـــها خلال فترة الطفولة ، ولكنى وجدتنى لن أكـــون أمينـــة إذا مـــا تجنبته. فلقد روعنى حجم من أبلغونـــى بمثـــل تلـــك العلاقـــات الجنسية المحرمة حينمـــا بـــدأت لأول مـــرة خدمـــة الصـــلاة لأجل الشفاء الداخلـــى حتـــى ظننـــت أنـــى ربمـــا أرى عـــددا مبالغا فيه من هذا النوع مـــن الحـــالات بيـــن البـــالغين الذيـــن كنت أقدم لـــــهم المشـــورة. إلا أن مناقشـــة لـــي مـــع بعـــض المشـــيرين المتخصصيـــن بجمعيـــة المعـــالجين المســـيحيين أقنعتنى بغير ذلـــك.

فى الواقع أن سفاح القربى فعليـــا هـــو أكـــثر شـــيوعا مما نرغب أن نعترف بـــه فـــى مجتمعنـــا. ومـــن المؤكـــد أن عدد الحوادث التى يتـــم الإبـــلاغ عنـــها يـــتزايد كثـــيرا الأن. وترجع هذه العلانيـــة أو الشـــيوع إلـــى إزديـــاد الحريـــة فـــى

---

(٢) سفاح القربى أو إغتصاب المحارم يعرف رسميا على أنه أى نشاط جنسى بين أشخاص على درجة من القرابة تمنعهم من الزواج من بعضهم البعض.

التعامل مع مثل هـــذه المواضيـــع الأن. إلا أن هــذا لا يلغـــى أن المشكلة قد كانت قائمة منذ زمـــن بعيـــد.

بدأ "هانك جياريتو" – أخصـــائى علـــم النفـــس بســـان جوز بكاليفورنيـــا – برنامجـــا لمعالجـــة الأطفـــال الذيـــن قـــد تعرضوا للإيذاء الجنسى ، وذلك لصـــالح مؤسســـة الأحـــداث بمقاطعة سانتا كـــلارا عـــام ١٩٧١. وكـــانت السلطات قـــد قدرت نسبة حالات ســـفاح القربـــى هـــذه بنســـبة واحـــد فـــى المليون. ولكن جياريتو تسلم فى عامـــه الأول مـــن المشـــروع ليس حالة واحدة بل ثلاثين من ســـكان مدينـــة يبلـــغ تعدادهـــا حوالى المليون ، معظمـــهم مـــن البيـــض متوســـطى الحالـــة الإجتماعية. ويعادل دخل قاطنى تلـــك المدينـــة أعلـــى معـــدل دخل لأى من قاطنى كاليفورنيا. وبعـــد مضـــى ســـت ســـنوات صار مجمل الحالات يربو عن الست مائة حالـــة ، وقـــد قـــال جياريتو: "**إنى أعتقد أن سفاح القربى قـــد صـــار وبـــاء فـــى أمريكا.**"[٣] ولأن ذاك الفعـــل يحمـــل وصمـــة عـــار إجتماعيـــة ثقيلة كهذه فقد ظل سفاح القربى لســـنوات عديـــدة مـــن أكـــثر

---

(٣) Reported in the "Democrat and Chronicle", Rochester, New York, August 1977

الخطايا سرية فى بلادنا. وغالبا ما تكـــون جلســات المشــورة المتعلقة بهذا الأمر ذات حمل ثقيل علــى النــاس حتــى أنــهم يرفضــون مناقشــته خــلال فــترة العــلاج مــع مشــيريهم المتخصصين ، فهم مازالوا بتجـاوبون مـع الأمــر المعطــى لهم كأطفال "**سوف أقتلك إن أخبرت أحــد**" أوأى تــهديد أخــر على هذه الشاكلة. ويبدو أن النوع الأكــثر شــيوعا مــن تلــك العلاقات المحرمة يحدث بين الفتيــات وأعضــاء أكــبر مــن ذات الأسرة سواء إخوة أو آبــاء او حتــى جــدود أو أعمــام. ولكنى صليت أيضا مع رجال يعانون مــن إيــذاء جنســى قــد تعرضوا له فى طفولتــهم مــن أم أو أخــت كــبرى. وحتــى الجنسية المثلية فــى ســفاح القربــى بيــن أعضــاء الأســرة الواحدة ليست ايضا بالأمر غير الشائع. ولكن فــى كــل تلــك الحالات تبقى آثار غائرة مــن الإســتياء والخــوف والإرتبــاك مسببة آلاما عاطفية تســتمر مــدى الحيــاة. ولا يوجــد مــن الحالات التى أعرفها والتى تحتــاج إلــى العطــف والمتابعــة المشــجعة والمدعمــة الطويلــة الأمــد أكــثر مــن هــؤلاء الأشخاص الذين قد عانوا من الإيذاء الجنسى فــى طفولتــهم.

إن الذات الضعيفة لطفل آمن صغير قد تؤذى بشدة من مثل هذا الأمر حتى لا تستطيع سوى قوة يسوع المسيح الشافية فى وسط محيط من الحب والتفهم أن تعيد الثقة إلى مستواها الأصلى. ولا يمكننا أيضا أن نتجاهل الحالة الحرجة لشخص يفرض ذاك النوع من العلاقة الجنسية على طفل صغير ، ففى أغلب الأحيان لا تكون هذه خطية شهوة بقدر ما تكون عجز فى حياة ذلك الشخص. فكما أوضح إعتراف أب فى بيان أخر الإسبوع لهيئة الإذاعة المحلية أنه لم يكن حقا يريد الجنس ، فكل ما أراده كان شخصا يحتاج إليه تماما كمثل إحتياجه هو له.

فإن إستطاعت مجموعات الصلاة التى تنظمها كنائسنا أن تنظر إلى ما هو أبعد من الخطية لترى إنكسار الشخص الخاطئ فسوف تستطيع أن تمد يد العون إلى الكثيرين وأن تكتشف حب يسوع المطهر القادر وحده أن ينزع منا معاصينا. وفى بعض الأحيان تكون أعظم عطايا الشفاء التى نستطيع أن نقدمها لهؤلاء الذين إبتلوا بإغتصاب المحارم هى أن نسمح لهم بأن يتكلموا عنها. فما دامت تلك باقية على أنها الخطية التى لا يمكن غفرانها

أو التحدث عنها فسوف يكــون مــن الصعــب جــدا شــفائها. ومن المهم ألا نبدى السخط حتى ولــو كــان محقــا أو أحكــام الإدانة تجاه شخصا يعانى سلفا مـــن ألمــا مبرحــا. وحســب ما قاله "مورتن كيلــزى" فــإن خمســين بالمائــة مــن الطــب النفسى ليس فى الحكم والتقييــم بــل فــى الحــب والإصغــاء. فالإصغاء بــهذه الكيفيــة ودعــوة يســوع كــى يجلــب نــور حضوره إلى ظلمة تلــك الذكريــات بوســعه أن يبــدأ عمليــة شفاء تضمن الكثير من الحريـــة.

إن مرحلة الطفولة تتميز أيضـــا بــالوقت الــذى نبــدأ فيه مغامرة الدخـــول إلـــى المجتمـــع مـــن خـــلال الإلتحـــاق بالمدرسة. وذلك التعـــامل المتبــادل بيــن الأشــخاص خـــارج النطاق الصغير للأسرة يمكنـــه أحيانـــا خلـــق حـــالات مليئـــة بالتوتر والتى ربما تحتاج إلى الشــفاء إن كنـــا نبغـــى التكيـــف مع المجتمع فيما بعـــد كـــأفراد بـــالغين. إن أســاليب الإنتقـــاد والعقاب من جانب المدرسين يمكنها أن تجعلنـــــا نتوقـــع نفـــس إسلوب المعاملة من رموز الســـــلطة الآخريــن فـــى الحيـــاة ، كرؤسائنا فى العمل على ســـبيل المثـــال ، ممـــا يجعلنـــا فـــى حالة توتر دائم فى حياتنا الوظيفيـــة. كمـــا أن نظـــام التنـــافس

المرحلى الذى يقارننا على الـــدوام بزمـــلاء الدراســـة يمكنـــه أن ينتج مشاعر النقـــص التـــى تصعـــب إتصالنـــا بـــالآخرين على نحو ســـوى.

طلبت عضوة من الأعضــــاء بـــإحدى حلقـــات الصـــلاة أن نصلـــى معـــها لأجـــل إحساســـها بـــالعجز عنـــد الإحتيـــاج للمشاركة أثناء إجتماعات الصلاة. فغالبا مـــا يكـــون لديـــها آيـــة معينة أو كلمة نبوة للمجموعـــة ولكنـــها كـــانت تصـــاب بـــالذعر والإضطراب كلمـــا فكـــرت فـــى المشـــاركة بمـــا لديـــها. وقـــد أفصحت ونحن نناقش الأمر أن المشـــكلة لـــم تكـــن فقـــط مـــع مجموعة المصليين ، وإنمـــا فـــى كـــل وصـــل مـــن أوصـــال حياتها. فهى تصبح معقودة اللســـان حينمـــا يتواجـــد أكـــثر مـــن إثنين بـــالحجرة. وبتركـــيز المناقشـــة علـــى ذكريـــات طفولتـــها الخاصة بـــالمواقف المدرســـية ، وصفـــت المـــرأة الكثـــير مـــن الخوف والتوتر المصاحب لتذكرهـــا لأحـــد المدرســـين. ففـــى إحدى المرات كانت غير مستعدة لتســـميع بعـــض أبيـــات الشـــعر التى كـــان مـــن الواجـــب حفظـــها ، فأجبرهـــا المـــدرس علـــى الوقوف فى الممر بين الصفـــوف حاملـــة حقيبـــة ورقيـــة علـــى رأسها إلى نهاية الحصـــة كنـــوع مـــن العقـــاب. وقـــد فزعـــت

لإنفرادها بالعقاب بهذه الكيفية مما جعلها تبلل نفسها، الأمر الذى أثار الضحك بين زملاء فصلها. ومن ثم أصبحت فيما بعد هدفا للعديد من النكات القاسية ، ونتيجة لتلك الحادثة تعلمت كيف تبتكر العديد من الطرق كى تتجنب التسميع فى الفصل مرة أخرى. ولم يتطلب الأمر الكثير من البحث والإستقصاء كى نفهم آليات الهروب لدى الطفلة والتى مازالت تعمل فى حياتها كإنسانة بالغة. وهكذا إستطعنا أن نصلى لها من أجل الشفاء الداخلى لتلك الذكريات المخيفة. وأخذت تدريجيا فى المشاركة بمواهبها الروحية أثناء حلقة الصلاة حيث منحها الرب الشجاعة لأن تنطق بكلمته.

والعلاقة بين الإخوة والأخوات خلال الطفولة بوسعها أيضا أن تكون مصدر صراع لنا. ويلائم مصطلح "منافسة الأقرباء" ذاك النوع من الصراع حيث أنه توجد نزعة طبيعية عند أغلبنا للتنافس مع الأطفال الآخرين الذين هم داخل الأسرة. وكما ذكرت سلفا فإن كل طفل يتمنى أن يصير هو الإبن المفضل. وذلك النوع من المنافسة ليس بالضرورة مدمرا طالما أن التفاعل مع الأقرباء يمكنه أن يكون مصدر تحدى وتحفيز. فالأخ الصغير الذى يحاول محاكاة شخصية الأكبر

والأكثر حكمة ويتخذه قدوة بمقدوره أن يجعل هذا مصدرا فعالا للنمو ، خاصة إذا ما كان الأخ الأكبر عازما على أن يخصص بعضا من الإنتباه لأخيه الصغير. ولكن مع ذلك فهناك ثمة مقادير من الألم بين الأقارب التى يجب مواجهتها إن كنا نريد أن ننمو متخطين أنانية طفلنا الداخلى. فربما فرضت الأخت الكبرى التى كانت تعتنى بنا حين كان الوالدين بالعمل نوعا من الإجراءات النظامية المتعسفة. أو أن الأخ أو الأخت المعوقة الذى أو التى كانت تحتاج إلى الكثير من الرعاية والإهتمام قد جعلانا نخفى مشاعرنا الدفينة من البغض والإستياء ، مثل تلك المشاعر التى تحتاج أن تأتى إلى نور يسوع المسيح الغافر. وربما قد نحتاج إلى شفاء بخصوص أخ أو أخت أصغر طالما أوقعونا فى المشاكل بوشايتهم بنا كيما يتخلصوا هم من العقاب لنحمله نحن بدلا منهم.

أيضا إن فترات المرض الطويلة أو الدخول إلى المستشفى يعتبر أمرا معطلا ومؤلما فى أى من مراحل العمر ،ولكنه يكون على أشده خلال أعوام الطفولة. فالعجز عن الجرى واللعب كسائر الأطفال يمكنه أن يشعرنا بالنقص والإختلاف مكونا لدينا شعورا بالوحدة

والإنعزال. وفى محاولتنا للحاق بالمستوى الدراسى للفصل نقع فى المزيد من التوتر ، الأمر الذى يستمر فى خلق شعور من العجز وعدم الكفاءة.

أيضا إن كان الذين قد إعتنوا بنا فى فترة طفولتنا أناس غرباء عنا ولم يكونوا على مستوى من الرقة والتفاهم يعادل مالأفراد الأسرة ، فهذا حقا أمر مخيف. إلا أن كل هذه المواقف وبلا شك تستجيب بكيفية حسنة للمسات يسوع الشافية حينما ندعوه ليزيل ذكريات الألم بكلتا نوعيها البدنية والعاطفية.

وموت أحد أعضاء الأسرة المقربين يعتبر موقف على قدر كبير من الأهمية والتوتر بالنسبة للشخص فى أى مرحلة من مراحل العمر ، بل ويمكنه أن يبقى مصدرا لا شعوريا للتوتر الداخلى إذا مالم يسمح لنا بأن نفرج عن أحزاننا بقول أحدهم "**كن رجلا**" أو أن "**الرجال لا يبكون**".

إن مثل تلك النصائح الواجبة التنفيذ ترغمنا على أن ندفن الكثير من مشاعر الغضب والذنب والأسى مما يخلق صعوبة فى التعامل مع عواطفنا الحالية بكيفية مستقيمة.

طلب شخص ما بأحدى الحلقات الدراسية أن نصلى معه لأجل شعوره بالعجز عن التواصل مع إبنيه الصغيرين على نحو أبوى.لقد كان يحبهم حباً جماً ولكنه كان يتجنب أى تعبيرات خارجية لمشاعره تجاههم ، وقلما توافر الوقت الذى يفعل فيه تلك الأشياء التى يتشارك فيها الأباء مع أبنائهم. لقد كان غير مقتنعاً أن الشخص المسيحى يمكن له أن يتصرف مثل هذه التصرفات العاطفية. فتحادثنا عن خلفيته لبرهة ،حيث أخبرنى بأن أباه قد توفى حينما كان هو فى الخامسة من عمره. وسألته عن كيفية إخباره بموت أبيه ، فأجاب: "أخبرتنى أمى أن يسوع قد أتى ليأخذ أبى إلى السماء" وأضاف قائلا: "وأنه يجب على أن أكون رجل الأسرة منذ ذلك الوقت". فهو لم يبكى البتة أثناء الجنازة أو عند المقبرة بناء على ما قالته جدته له بأن يكون "جندى صغير شجاع تفخر به أمه". ومن الطبيعى أن تلك المشاعر المكبوتة كانت مقيمة فى عقله الباطن ، فلم يكن بإستطاعته أن يتصل بإبناه لكثرة إنكاره للطفل الموجود بداخله كيما يستمر فى طاعة أوامر فرضت عليه من الماضى البعيد. وحينما صليت مع هذا الرجل طلبنا من يسوع أن يسمح للطفل الذى بداخل هذا

الرجل بأن يخـــرج حزنـــه وآســـاه علـــى أبيـــه ، وأن يفتـــح مخزون مشاعره التى قـــد إحتبسـت لمـــدة طويلـــة مضـــت. فخرجت التنهدات من أعماقه الدفينـــة حيـــن بكـــى علـــى كـــل تلك الوحدة والألم الذان كابدهما خـــلال ســـنوات النمـــو هـــذه. وقد كان من دواعى سرورى أن أتسلم خطابا منـــه بعـــد عـــدة أشهر يقص فيه على المغامرات التى قام بها هـــو وإبنـــاه فـــى رحلة بإحدى عطلات نهاية الإســـبوع.

ومن المثير للإنتبـــاه أيضـــا أن نلحـــظ أن المـــوت أو الإنفصال عن حيوان مدلـــل قريـــب لقلـــب الطفـــل يمكنـــه أن يكون مصدر ألم داخلى. فالطفل ليس عنده ذلـــك التميـــيز بيـــن الجنس البشرى والجنس الحيوانى كمـــا عنـــد البـــالغين. إن أى كائن حى يستطيع أن يصنع علاقة حـــب مـــع الطفـــل. وهـــو الأمر الذى يعطى الطفل شـــعورا بالقيمـــة الذاتيـــة والتبعيـــة ، مما يسبب فراغ وألم حينما يخـــرج ذلـــك الكـــائن مـــن حيـــاة الطفـــل.

إحدى الســـيدات اللاتـــى قـــد صليـــت معـــهن كـــانت تعانى لسنوات طويلة من عـــدم الإســـتقرار العـــاطفى ، الشـــئ الذى بدأ حيـــن عاقبتـــها أمـــها لتقصيرهـــا فـــى أداء واجبـــها

المنزلى بتسميم أرنبها الذى كانت تنوى تربيته. وذاك النوع من الوحشية يحتاج إلى شفاء قبلما نجرؤ ثانية على أن نثق بهؤلاء الذين من حولنا.

أيضا وبوجه عام يواجه الطفل الذى قد إنفصل والديه مشاعر عميقة من عدم الطمأنينة والغضب والوحدة. وإن محاولة الطفل لأن يحتفظ بتوازنه فى وسط ذلك الإضطراب المحيط به تخلق فى كثير من الأحيان نوعا من التوتر كرد فعل قد يخرج على هيئة سلوك سئ فى المدرسة ، كالسرقة أو الكذب أو المحاولات المتعمدة لكسب بعض الإهتمام ، كيما يخفف من ألمه الداخلى. ويشعر الأطفال بإحساس حاد بالمسئولية عن سعادة والديهم حيث أن كثيرا من طمأنينتهم تكمن فى تماسك وترابط الأسرة. ومن ثم فإنه إذا ما إنحلت الربط بين الوالدين يشعر الطفل بالذنب لأن حبه لم يكن كافيا لمعالجة ذلك الكسر بين أباه وأمه. ويحتاج عبء ذلك الذنب الزائف أن يطلق وإلا فسوف يستمر فى إحداث مشاعر الدينونة والفشل حتى إلى ما بعد مرحلة الطفولة.

وربما تظهر عدم الطمأنينة أيضا إذا ما إنتقلت الأسرة كثيرا من مكان إلى آخر ، مما يجعل من الصعب على الطفل أن ينمى صداقاته أو أن يرسى أساساتها. وقد قال "جرانجر ويستبرج" فى كتيب له بعنوان "الحزن الجيد"[٤] والذى أفادنا كثيرا بخصوص موضوع الحزن:

"نحن الذين قضينا بالتدريس فى المستشفيات والمراكز الطبية سنوات هذا عددها ، نستطيع أن نرى أناس كثيرين مرضى أو مضطربين من الذين يأتون إلى المستشفى بسبب إجتيازهم بمثل هذه الخبرات المستأصلة - كالإنتقال من منطقة إلى أخرى - ولقد رأيت أطفالا يصابون بالإضطراب قبل الإنتقال بثلاثة أشهر وبعده أيضا بثلاثة أشهر وربما أكثر".

ونحن لا يجب علينا أن نغفل مثل تلك المسألة حين نطلب من الرب أن يشفينا من ضيقات وآلام مرحلة الطفولة.

ويستطيع كل واحد أو واحدة منا أن يضيف مشاعره أو مشاعرها الخاصة بذكريات الطفولة إلى هذه

---

(٤) Fortress Press, Philadelphia, 1962

القائمة. وبعض هذه الذكريات يسهل إسترجاعها ويمكننا على وجه الخصوص أن نستدعها أمام حب يسوع الشافى، بينما البعض الأخر قد أصبح قاتما ولا يمكن التعرف عليه بين طيات عقلنا الباطن. وبعض النظر عن ماهية الأكاذيب المدفونة بداخلنا ، فالروح القدس قادر على التمييز فيما بين الحقيقة والوهم وأن يقودنا إلى كل الحق.

صلاة:

يارب يسوع ، أسألك أن تعود بى وتصحبنى إلى الفترة الزمنية التى يطلقون عليها الطفولة. أنت الذى أرشدتنى أن أضع نفسى كطفل صغير أمامك ، ولذلك أعنى على التغلب على أى مقاومة بداخلى تحول دون عودتى كطفل مرة أخرى. إلمس كل الكيفيات التى بها أمرت بها أن أتصرف كالكبار ، تلك الأوامر التى هيأت لى أن كل ماهو خاص بالطفولة هو تصرف غير مقبول.

ساعدنى أن أسترد مشاعر التعجب والإنبهار التى للطفل الصغير بداخلى. إسمح لى أن أتلذذ ثانية بجمال الدنيا التى أبدعتها ، حين أتلمس الراحة فى النظر بين السحب وإلى الفراشات والزهور. دع روحى تبتهج بإنشودة الطيور وبنسمات الربيع الدافئة ، وكأن كل الخليقة تتهامس بإسمك الجليل.

يارب إشفنى من أى صعوبات عندى تجاه مخاطبتك كأب لى. فإن كانت علاقتى بأبى الأرضى قد جلبت على الخوف ، فدع حبك الكامل نحوى يطرح كل توتر وقلق الماضى بعيدا حتى أستطيع أن أدنو من الآب بثقة وبقلب مفتوح. وإن كان أبى الأرضى قد كان بعيدا عنى أو رافضا أو غير معضدا فأرجو منك أن تملئ تلك المناطق الخاوية التى بداخلى بحضورك الإيجابى المؤيد. تكلم إلى كما تكلمت من خلال أشعياء النبى قائلا: **"دعوتك بإسمك أنت لى... إذ صرت عزيزا فى عينى مكرما وأنا قد أحببتك"** (اش ٤٣ : ١ ، ٤) .

ساعدنى أن أصدق تلك الحقيقة عن نفسى ، إننى عزيز جدا لديك.

لقد كنت متضايقا يا يسوع حين حاول التلاميذ منع الأطفال الصغار من التسلق إلى حضنك ، قائلا: **"دعوا الأولاد يأتون إلى ولا تمنعوهم لأن لمثل هؤلاء ملكوت السموات" (مت ١٩ : ١٤)**

لم تلهك مشغولياتك أبدا عن أن تضع يديك على الأطفال وأن تلاعبهم وأن تقص لهم القصص والحكايات. أرجوك أن تضع يديك على الأن بنفس تلك الكيفية. دع الطفل الصغير الذى بداخلى يستجيب لدعوتك بأن يأتى إليك متخليا عن كل مقاومة لدى نحو حبك. دعنى أثق بالصداقة التى نتقاسمها معا حين تشفينى من ذكريات طفولتى الخاصة بتلك العلاقات التى قد جرحتنى والقت الروع فى داخلى.

أرجوك أن تبارك كل أعضاء أسرتى اليوم وكل يوم ، وأن تعيننى على رؤيتهم من خلال عينيك. وإن كنت أضمر أى إستياء تجاه إخوتى أو أخواتى فإمنحنى حبك الغامر ليحررنى من تلك العقبات التى تحول دون نعمتك. وأرجوك أن تضع أية أحاسيس غير ملموسة تجاه والداى أمام نورك وحبك. وسواء مازال أبواى يحيون على تلك

الأرض أو قد ذهبوا ليكونوا معك فدعهم يعلمون أن العلاقة التى بيننا محاطة بروحك المصالح.

وإن كنت قد جرحت من بعض الخبرات المدرسية والتى مازالت تؤثر على تفاعلى مع الآخرين حتى الأن ، فإدخل نور حبك إلى تلك المواقف. دعنى أشعر بوجودك معى خلال أعوام الدراسة حينما أتصورك جالسا معى على نفس المقعد لتعضدنى فى دراستى وتحمينى من أية تهديدات تبدر من زملاء الفصل أو من مدرسى.

حررنى من ألم أى إيذاء جسدى أو جنسى قد حدث لى من الآخرين. أنت تعلم يا يسوع مقدار الخزى والإرتباك اللذان مازالا يعملان بداخلى بسبب هذا الإنتهاك الذى قد تعرضت له. ساعدنى أن أشعر بلمستك الرقيقة الحانية وهى تعتقنى من أى شعور بالخطية. إغسلنى وطهرنى ، دعنى أسترد شعورى بالقيمة مرة أخرى ، كما هو المزمور القائل:

"طهرنى بالزوفا فأطهر ،

إغسلنى فابيض أكثر من الثلـــج.
إسمعنى سروزا وفرحـــا ،
فتبتهج عظاما ســحقتها.
إستر وجهك عن خطايـــاى ،
وإمح كل آثــامى.
قلبا نقيا إخلق فـــى يــا الله وروحـــا مســتقيما
جدد فى داخلـــى"

(مز ٥١: ٧ – ١٠)

ساعدنى أن أصدق إنى حقــا قــد تطــهرت مــن كــل دناستى فى دمك الثميـــن. هبنـــى النعمـــة كـــى أتغلـــب علـــى أحاسيس الإستياء والشعور بالخيانة ، كيمـــا أســتطيع أن أبـــدأ فى الثقة بالآخرين من جديـــد.

يا يسوع ، إن كانت روحـــى لازالـــت تبكـــى شـــخصا محبوبا قد مات حينما كنت طفـــلا فـــأرجوك أن تعتقنـــى مـــن ذاك الحمـــل. مكننـــى مـــن أن أطلـــق ذاك الشـــخص فـــى حضنك، مصدقا أننا ســوف نلتقـــى يومـــا مـــا فـــى الســماء. عزنى بحبك حتى يتحول حقا كل حزنى وأساى إلـــى فـــرح.

دع كــل مــا يصــاحب طفولتــى يتحـد بــك أنــت شخصيا، حتى يبقى كل ما هو صــالح ويــنزع كــل مــا هــو عــائق.

إنى واثق من أنك سوف تســتمر تبــارك هــذه الفــترة من حياتى بكل النعمـــة الضروريــة للشــفاء ، وأنــك ســوف تحقق إجابات صلاتى تلــك بإســلوبك الخــاص وفــى وقتــك الخـلص.

أمـــين

الفصل السادس

المراهقة

تُعرَّف المراهقة فى المعجم علـــى أنـها الفـترة فيمـا بين الثانية عشر والعشرون من العمر حيثمـا ينمـو الشـخص من الطفولة إلى النضوج. وقد تبدو شـيئاً هينـاً حينمـا تُقَدم على هذا النحو، ولكنها فى الحقيقـة هـى فـترة نمـو بالغـة الألم لـدى أغلـب النـاس. فـالتوترات الداخليـة والضغـوط الخارجية التى يلاقيها المرء أثنـاء هـذه الفـترة مـن العمـر غالباً ما تكون أكثر إلحاحاً من أيـة أمـور أخـرى يمكـن أن نصادفها خـلال فـترة حياتنـا كلـها. وتشـهد الإحصائيـات الحديثة لهذه الحقيقة بتقرير مروع يقـول أن الإنتحـار حاليـا هو السبب الثانى للوفاة بيـن الشـباب الذيـن هـم بيـن سـن الخامسة عشـر والخامسـة والعشـرون بالولايـات المتحـدة الأمريكية. فليس معنى أنك صغير أنك بـلا مشـاكل.

لقد سعدنا كثيرا بأن أبنائنـا الخمـس قـد ولـدوا فـى مدى سـت سـنوات متتاليـة ممـا جعلـهم يتخطـون سـنى

مراهقتهم معا وفى وقت واحد. وسرعان ما تبددت الأحلام الوردية التى ربما قد حملتها معى منذ سنوات الدراسة الثانوية حينما أخذنا فى مواجهة الأزمات اليومية لنزاعاتهم. فإنى أذكر جيدا إبنتنا الوسطى "بيث" حينما كانت فى الخامسة عشرمن عمرها وهى جالسة على فراشها تصرخ من كل قلبها قائلة: "إنى لا أفهم ماذا يحدث لى ، فإنى أحس جميع أنواع المشاعر التى لم أختبرها من قبل مجتمعة معا!".

وهذه العبارة لهى بحق تصف وبدقة مجمل وجوهر عملية المراهقة ، حين يحاول المرء التعرف على كل تلك المشاعر المتدفقة ووضعها تحت نوع من القيادة الطيعة. ومن الممكن أن تكون هذه من أشق المهام وأكثرهم رعبا إن لم تدعم بالكثير من المساندة العاطفية من قبل الوالدين والمدرسين وكل شخص ناضج يمكن الوثوق به.

يجتاز الفتيان والفتيات فى سن السادسة عشر ما يوازى إنهيارا عصبيا وهم يحاولون أن يتصدوا لربوات النزوات التى تتفاعل بإستمرار مع جهازهم العصبى. وفى أثناء محاولاتهم مع نموهم البدنى المتزايد - بغض

النظر عن المتاعب الناجمة عن تصميم الملابس التى لا تتمدد معهم فى فترة المراهقة - فهم يصطدمون بإحتياجهم للكفاح مع مختلف أنواع المشاعر التى قد جدت عليهم. ويزيد من الأمر تعقيدا الضغط الناتج من محاولة التفوق فى الدراسة ، والسعى لتكوين فريق رياضى للكرة، ومحاولة الحصول على وظيفة جانبية وأيضا الوصول إلى قرار مصيرى من جهة مستقبلهم المهنى. وبينما هم يناضلون خلال كل تلك المتاهات تأتى العمة أو الخالة فى زيارة قائلة: "إستمتعى بحياتك يا صغيرتى فهذه هى أحلى سنوات عمرك". فلا عجب إذا فى إعتقادهم بأن هؤلاء البالغين والناضجين هم أناس أغبياء. ولا عجب أيضا فى أنهم يقشعرون لمجرد تفكيرهم فى دخول مرحلة النضوج إن كانت المراهقة هى أفضل ما تقدمه الحياة. وبالرغم من أن الضغوط الواقعة على عواتق الشباب اليوم هى بلا شك أكثر إلحاحا مما كانت عليه فى الأجيال السابقة إلا أن الشوط الذى قطعناه نحن فى فترة المراهقة ليس أقل إيلاما على أى حال. فالرغبة فى الإستقلال عن سطوة الآباء والحاجة لأخذ القرارات بأكثر حرية دائما ما يخلقان توترا بين الآباء والأبناء. فالرغبة

فى أن "أفعل ما أريده" وأن "أحقق ذاتى" هـــى رغبـــة متجـددة فى كل الأجيال ، تماما مثلمـــا حـــدث مـــع الإبـــن الضـــال ، وكثيرا ما تنجـــم عنـــها نفـــس النتـــائج. فـــإذا تركنـــا أنفســـنا لنزعاتنا الداخلية فإن هذا لن يشبع أبدا الجـــوع الصـــادق إلـــى الحرية الحقيقية لأرواحنا. لقـــد عـــاش القديـــس أغســـطينوس على مستوى إشباعه لذاته لأكثر مـــن أربعيـــن عامـــا قبـــل أن يجد قوله المأثور: "إن قلوبنا لن تجـــد راحـــة البتـــة إلـــى أن تستريح فيك يارب". فقصة محاربته المســـتمرة ضـــد العـــالم والجسد والشيطان بوســـعها أن تكـــون مصـــدر عـــزاء كبـــير للآباء الذين يرون أبنائـــهم يتيـــهون مبتعديـــن عـــن الـــرب. فذاك الرجل الذى صار مصلحا للكنيسة فيمـــا بعـــد دائمـــا مـــا كان يعزى إهتدائه الى الصلوات المخلصـــة لأمـــه "مونيكـــا" ، فلا يمكننا أبدا أن نقلل من شأن صلـــوات الوالديـــن وأهميتـــها فى الحفاظ على حب يسوع الواقـــى محيطـــا بأبنائـــهم. وإنـــى شخصيا لعلى إعتقاد بأنه حينمـــا يـــهبنا الـــرب أبنـــاءا فـــهو يمنحنا أيضا سلطانا روحيا علـــى حياتـــهم حتـــى أن صلواتنـــا لأجلهم تحمل قوة خاصة ضـــد مكـــائد الشـــرير. وياـــه مـــن طفل محظوظ ذاك الذى له أبوان يدركان تلـــك الحقيقـــة.

إن نزاع الإرادة ذاك بين الأباء من ناحية والأبناء من ناحية أخرى عادة ما يخلق خلافات عنيفة تؤدى بدورها إلى الكثير من المشادات والمشاحنات. بينما فى بيت يفهم فيه الوالدين أنهم موضوعون تحت الإختبار من أبنائهم سوف يحتفظون بمكانتهم بالرغم من الخلافات بل وسيضيفون ثباتاً لحياة أبنائهم. وفى الحقيقة أن الأطفال يصدقون إهتمام والديهم بهم حينما يتبعون معهم نظاماً سليماً فى التهذيب حتى وإن إستمروا فى تصنع العصيان. وكثيراً ما سمعت أصدقاء لأطفالنا يذكرون: "أن والدى فلان لا يهتمون به حقيقة ، فهو يستطيع أن يفعل كل ما يترأى له". بينما فى بيوتهم قد يقول هؤلاء الأطفال لآبائهم أن هذا "الفلان" محظوظ حقاً لتلك الحرية التى يتمتع بها ، كى يلتمسون تخفيف الضوابط والقيود عليهم. تلك هى متناقضات تلك المرحلة.

وقد يظل تأثير تصادم الإرادات بين الأباء والأبناء إلى مرحلة النضوج إذا ما تحول إلى إسلوب سلوكى مدمر. فقد قضى الكثيرين معظم حياتهم كأشخاص بالغين فى محاولة لأن يثبتوا لأحد الوالدين أو لكليهما أنهم

أشخاص بالغين ومستقلين. في حين أنه من الطبيعي أن يوجد هذا الإتجاه بقدر ما في المراحل الأولى للإستقلال عن الوالدين مع إحتفاظنا بشعور صادق بالإحترام لوالدينا، حيث نأتى إلى النقطة التى يجب فيها أن يكون دافعنا ومحركنا الأول هو الرغبة فى إرضاء الرب. إلا أن الصراع الداخلى للنمو فى هذه المرحلة إنما يُظهِر فى حياتنا المناطق التى تحمل الصراعات والتى لم تحل بطريقة سليمة مع آبائنا ، تلك التى نحاول بطريقة لاشعورية مواراتها خلف دفاعنا عن أنفسنا ضد سلطتهم. فإن تلك المشاجرات إن لم تكن قد إنتهت فى أخر المطاف بتعبير عن التصالح مثل معانقة دافئة حتى وإن ظلت الإختلافات فى الآراء كما هى ، فإن هذا التصدع فى العلاقة بين الآباء وأبنائهم يمكن أن يترك ألما مبرحا فى داخل الأبناء مما يشكل صعوبة لهم فى الإنتقال إلى المرحلة التالية من النمو. وكثيرا ما نستمر بطريقة لا شعورية نكافح وبشتى الطرق لإيجاد حل لهذه المشاعر المجروحة ، مما يسبب إستنزافا للكثير من طاقتنا الذهنية. من الطبيعى أن تقع الخلافات والمشاحنات فى فترة المراهقة ولكنها إن عولجت بإسلوب سليم من الحب

والحزم لأمكننا أن نتعلم الكثير من الأساليب المفيدة في التعامل مع الغضب.

وقد يلاقى الأبناء الذين ينشئون في بيت لا يسمح بإظهار مشاعر الغضب أو التعبير عنها بل ينكرها ويكتبها بشتى الطرق والحيل المتنوعة ، فقد يلاقى هؤلاء الأبناء العديد والعديد من المشاكل التى تخلق فى المستقبل سلوكاً معوقاً وغير سوياً. والشخص الذى له هذا النوع من الخلفيات فى حياته السابقة حينما يتزوج من آخر إعتاد على أن يفصح مجاهرة عن مشاعره كلما سنحت الفرصة، فربما يصاب هذا الشخص بالرعب ويميل إلى الإنسحاب. وكثير من المشورة فى عيادات الصحة النفسية اليوم تركز على أهمية المشاعر من جهة إرتباطها بالنضوج والنمو. ولقد عملت فى مصحة نفسية لمدة عام واحد حيث كنا نقضى ساعات طوال فى مساعدة المرضى على أن يستريحوا من أعراض الضيق البادى عليهم بأن نوضح لهم الأسباب التى تعمل خلف تصرفاتهم تلك. إلا أن هذا العمل لم يكن مشجعاً حيث أن فهمهم لجذور مشكلاتهم

لم يأتى سوى بالقليل جـــدا مـــن الراحـــة لأغلبـــهم. لكنـــى وبعد أن إنخرطت فـــى خدمـــة الشـــفاء الداخلـــى وتعلمـــت الكثير عن هذا الأمر إكتشـــفت أننـــى قـــد وجـــدت الحلقـــة المفقودة. فإن فهم الأسباب والجذور التـــى وراء مـــا نفعلـــه ربما يكون هو الخطـــوة الأولـــى فقـــط ، ولكـــن التحريـــر الحقيقى يأتى حينما أستطيع أن أدعـــو يســـوع أن يحررنـــى من قيود المـــاضى. إن الله أعطانـــا عواطـــف غنيـــة جـــدا ولكنها يمكن أن تصبح خلاقـــة حقـــا حينمـــا ندعـــه يعلمنـــا كيف نضعها فى حالة إتـــزان.

إنى أتذكر صلاتى مع رجل أعمـــال متوســـط العمـــر كان يشكو من نوبات متكررة من القلق حتـــى كـــانت تؤثـــر على عمله. لقد كانت هناك الضغـــوط المعتـــادة الناجمـــة عـــن روتين حياته اليومى ، ولكـــن لـــم يوجـــد شـــئ بمقـــدوره أن يعلل موجات الخـــوف والإضطـــراب التـــى كـــانت تهاجمـــه بإزدياد. وحين تحدثنا عن حياتـــه وصـــف نفســـه بأنـــه عنيـــد وقوى الإرادة موضحا إن ذلك قـــد جلـــب لـــه المتـــاعب فـــى بعض الأحيان. ولما طلبت منـــه إيضاحـــا أكـــثر قـــص علـــى مشادة حدثت فـــى فـــترة المراهقـــة بينـــه وبيـــن أبيـــه حـــول

إستخدام السيارة. ولكنه ورغم تحذيرات والده خرج وقاد السيارة كما يشاء ووقعت له حادثة في الطريق. ولحسن الحظ أنه لم يصب بأذى ولكنه حين وصل إلى البيت وجد سيارة إسعاف تنسحب من الطريق وهي تضئ الأنوار وتطلق الصفارات. لقد أُصيب والده بأزمة قلبية إثر سماعه الخبر ثم توفي وهو في الطريق إلى المستشفى ولم تكن هناك أية فرصة لإصلاح الخلاف بينهما.

فأوضحت له أنه لابد وأن يضع نهاية لمثل هذه الخبرة والتي ربما تكون ذات تأثير على نوبات القلق التي تجتاحه. وسألني : "كيف يمكن أن أتصالح مع أبي وهو ليس على قيد الحياة؟". فأخبرته بكل بساطة أن الرب يسوع المسيح الذي هو الوسيط الوحيد بين الله والناس (١ تيمو ٢ : ٥) يمكن أن يكون هو المصالح بينه وبين أبيه ، وقلت له: "إطلب من الرب يسوع أن يخبر أباك كم تشعر بالأسف على عدم طاعتك له ، وإسأله أن يسامحك على عصيانك لأبيك". لقد كانت صلاته موجزة جدا وتحتوى على القليل من التعبيرات العاطفية و لكني كنت قد تعلمت أن قوة يسوع المسيح

الشافية لا تعتمد على ما نختبره مـن مشاعر أثنـاء فـترة الصلاة. وعادة ما تمر فترة مـن الوقـت قبـل أن يلمـس العقـل البـاطن الشـفاء ويتحـرر. ولقـد أطلـق الكـاتب المسيحى "أجنيس سانفورد" – الـذى كتـب الكثـير ليعلـم عن الشفاء الداخلى – على العقـل البـاطن لفـظ "الصغـير الذى بداخلنا" ، حيث يقول : "أحيانا يقتضـى الأمـر بعـض الوقت حتى يتلامس "الصغير الـذى بداخلنـا" مـع رسـالة الشفاء ، ولكننا يجب أن نثق بالرب فـى أنـه لاشـئ أبـدا يمكنه أن يعيق صلاة الإيمـان".

وقد حدث فى حالة رجل الأعمـال هـذا أنـه إتصـل بى هاتفيا فيما بعد ليصف لـى حلمـا حلـم بـه فـى الليلـة السابقة، حيث رأى فيه يسـوع واقفـا وهـو يضـع ذراعـه على والده. وقد كان كلاهما يبتسـم حيـن قـال لـه الـرب: "لاداعى للقلق يا "بارى" ، إن كـل شـئ علـى مـايرام الأن". وقد إستيقظ بأحلى شعور بالسلام قد إختـبره مـن ذى قبـل ، الأمر الذى بدا وأنه يدل على نوع من التحرير قـد حـدث لـه بالفعل. وفى أخر حديث له معى أخـبرنى أن حـالات القلـق

التى كانت تتنابـــه قـل تكرارهـا بطريقــة ملحوظــة وأنــه مستمر فى طلب مشيئة الله لحياتـــه.

إن مثل هذا المثل يكشف لنـــا الحاجــة إلـــى الغفــران فى علمية الشفاء الداخلـــى. وقــد ذكــرت فـــى كتـابى الأول "صلاة الشفاء"[١] أنه لا يوجد شـــئ يسـتطيع أن يعيــق قدرتنــا على الصلاة لأجل أنفسنا أو لأجل الأخريـن أكـثر مـن عـدم الرغبة فى المغفرة. فعدم الغفران يعمل بمثابـــة حـاجز خفــى بيننا وبين الآب ، الأمر الذى يمنـــع بركاتـــه مـن أن تنــهمر علينا أو على من نصلى لأجلـــهم.

وقد إنقضت خمــس ســنوات منــذ أن كتبــت هــذه الكلمات ولكنى مازلت شديدة الإقتناع بأننـــا نضـــع عوائـــق كبيرة فى طريق محبة الله حينمـــا نتمسـك بغيظنــا ونــبرر موقفنا بأنه غضب محق. إن كان لأى شـــخص الحـق فـــى أن يشـــعر بـــالمرارة وأن تجـــرح مشـــاعره، فقــد كـــان يسوع. لقد سخر منه الجموع بل وإحتقـــروه وعذبـــوه. لقــد تركه معظم أصدقائه وأقاربه ، إلا أنه وفـــى لحظــات ألمــه

(١) Ave Maria Press, Notre Dame, Indiana, 1976

الأخيرة صلى قائلا: "يا أبتاه إغفر لهم لأنهم لا يعلمون ماذا يفعلون" (لو ٢٣ : ٣٤). لقد علم يسوع أن عمله الكفارى لن يكون كاملا قبل أن يصفح الجانب البشرى منه عن كل شخص له صلة بعملية صلبه.

وبنفس الكيفية يمكن إعاقة تسليم حياتنا للآب وطلب شفاءه لنفوسنا حينما نرفض أن نغفر. نحن نحتاج أن نعلم أنها مرحلة طبيعية من مراحل المراهقة تلك التى فيها يلوم الأبناء أبائهم - بل وكل رموز السلطة الآخرين - على كل ما يشعرون به من تعاسة وشقاء. حيث يشعر المراهقون فى هذه الفترة بأنهم ضحايا لا حول لهم ولا قوة ، مسلوبى الإرادة والعزيمة ، ومن ثم يلزم البحث عن شئ ما خارج ذواتهم كمسبب لكل هذا الألم. وعادة ما يصبح الوالدان هم الهدف الطبيعى لتلك الإتهامات ، إذ نعتبرهم مسئولون عن تعاستنا.

وإن إستمر ذلك الإتجاه إلى مرحلة النضج وتحول إلى إعتياد فسوف يعيق عملية النضوج على الصعيد العاطفى. فإن لومنا للآخرين على ما نقوم به نحن ورفضنا لأن نقبل مسئوليتنا عن سلوكنا ، إنما يلمح بأننا

مازلنا عالقين بمستوى المراهقـــة. ولكـن إطلاقنـا للغفـران لمن نعتبرهم السبب فـي مشـاكلنا مـن الممكـن وأن يكـون خطوة كبيرة نحو تعلمنا لكيفيـة التعـامل بفاعليـة أكـثر مـع حياتنا العاطفية. علاوة على إن الغفـران أيضـا يمكننـا مـن الحفاظ على وصية إكرام (إحـترام) الوالديـن. وممـا هـو جدير بالذكر أن تلك الوصية هـي الوحيـدة التـى تحتـوى على وعد : "إكرم أباك وأمك كما أوصاك الـرب إلـهك لكـى تطول أيامك ولكـي يكـون لـك خـير علـى الأرض التـى يعطيك الرب إلـهك." (تـث ٥ : ١٦). وفـى الحقيقـة نحـن نسئ إلى أنفسنا حينما نقصر فى مراعاة هـذه الوصيـة حيـث أننا ننكر البركات المرهونة لنا من قبـل الـرب.

إن ضغط النظير (الحاجـة إلـى أن نكـون مقبولـون من زملاء الفصل والأصدقاء) هو أيضـا صفـة سـائدة بيـن الشباب المراهق. كذلك أيضا مشـاعر الخجـل مـن أن نفعـل بمفردنا شيئا ما قد يجـذب الإنتبـاه إلينـا كـأفراد (بإسـتثناء المنافسة الرياضية التى يكـون فيـها التفـرد أمـرا مقبـولا). فتشكلنا وفقا لشلة معينـة إنمـا يعلـن عـن أننـا أشـخاص مقبولون وذوى قيمـة ، ومـن ثـم فنحـن نسـعى جـاهدين

للحفاظ على مكاننا فى الشلة طـــوال فـــترة المراهقـــة. وإنـــى مازلت أذكر الجاكت المشـــمع الأزرق وحـــذاء جلـــد الغـــزال الأبيض اللذان كانا العلامة الممـــيزة لشـــلتنا إلـــى أن إلتحقنـــا بالمدرسة الثانويـــة.

وبينما نـــرى أنمـــاط تحقيـــق الـــذات الشـــبابية غـــير الضارة هذه، فماذا عن الشخص الذى لم يشـــعر أبـــدا بـــالقبول من نظرائـــه؟! مـــاذا يحـــدث للشـــخص الـــذى يقطـــع فـــترة المراهقة وحيـــدا ، وربمـــا قـــد إضطـــر أن يـــترك مدرســـته مبكرا؟! فإن مثل هذه الحالات والمواقف عادة مـــا تقـــود إلـــى إحساس بالتفاهة وصغر النفس (الإحســـاس بـــالنقص) الشـــئ الذى يستمر معنا فى الحياة إلى ما بعد هـــذه المرحلـــة.

وتعطينـــا الأغنيـــة الشـــبابية التـــى كتبتـــها وغنتـــها "جانس إيان" وصفا حيا لهذه الحالة حيـــن تقـــول:

فى السابعة عشر عرفت الحقيقـــة
الحب ملكا لملكات الجمـــال
وحسنوات الفصـــل
ذوات الإبتسامات الفاتنـــة

اللاتى تزوجن مبكرا ثم تقـــاعدن.
عيد الحب الذى لم أعرفه أبـــدا ،
أمسيات السمر التى قضاها الشـــباب
مع من هى أجمــل...
فى السابعة عشر عرفت الحقيقـــة.
لمن عرف منا الألـــم
فى أعياد الحب التى لم تأتى أبـــدا ،
ولهؤلاء اللاتى لم تنده أســـمائهن
عند إختيار أى من الفرقتيـــن...
لقد كان هذا منذ زمن بعيد مضـــى ،
حين كان العالم أصغر كثـــيرا ،
وكانت الأحلام فقــط..
هى ما خرجت بـــه
الفتيات السوداوات مثلـــى ،
فى السابعة عشــر.[٢]

---

(٢) Janis Ian, Copyrighted by Mine Music and April Music, Inc. 1974

إن قسوة زمـــلاء الفصـل فـــى التعليقـات والنكـات الساخرة التى يطلقونها بعضـــهم علــى البعـض إنمـا تـترك جروحا عميقة فى نفـــس المراهــق الرقيقــة لا تشــفى منــها بسهولة. ايضا الســخرية مــن الشــخص ذو الجســم النحيـل (سواء فتى كان أم فتاة) فـــى حجــرة تغيــير الملابــس وإنمــا يعطى إنطباعا للمراهق بأنـــه شــخص "دون المســتوى" ممــا يعيقه عن التوافق الجنسى الصحيح فيمــا بعــد.

وأما بالنســبة لحكــاوى المراهقيــن عــن مغامراتــهم العاطفية المؤثرة فهى من الممكن أن تصنـــع روايــات كثــيرة شيقة ، إلا أنها فى الحقيقــة تحــوى الكثــير مــن الألــم بيــن طياتها. وإنى أتذكر صلاتى مع رجل شاب كــان يعــانى مــن صعوبات كثيرة فى التعامل مـــع زوجتـــه. فــهو لــم يصــدق مطلقا أنها تحبه وإنما بقى جـــزء منـــه دائمــا أبــدا متشــككا وغير مقــتــنعا بحبها لــــه مــهما حــاولت هـــى أن تقنعــه. ولكن تم علاج الموقف حينما سألنا الـــرب يســوع أن يشــفيه من مشاعر الرفض التى قد عاناها حين خلـــت بـــه صديقتـــه أثناء فترة الدراسة من أجل شخص أخـــر. وقــد آلمتـــه جــدا ذكريات تلك الحادثة حتى أنـــه عــزم علـــى أن لا يثــق بـــأى

فتاة مرة أخرى. ومثل هذا النــوع مــن القــرارات يــتــخذ بجدية فى العقل الباطن الذى يرســل بــدوره بعــض إشــارات التحذير كلما بدت فى الأفق إحتمالية حــدوث علاقــة وثيقــة بينه وبين أى فتاة أخرى. عــادة مــا تحــوى فــترة المراهقــة الكثير مــن العلاقــات المبتــورة والعــهود المكســورة التــى تخلــف ورائــها قلــوب محطمــة ايضــا. وإذا جلبنــا تلــك الذكريات إلى نــور محبــة الآب وســمحنا لــه بــأن يشــفى موضع الأذى فسوف نحصل على الكثــير مــن الراحــة لآلام كثــيرة.

وماذا عن الشخص الذى سلك ســلوكا مدمــرا مثــل معــاقرة الخمــر وتعــاطى المخــدرات أو الســـرقة ، أو الإنحــلال الجنســى كمحاولــة منــه لإثبــات حريتــه وإستقلاله. إن الشــعور بــالذنب النــاجم عــن مثــل هــذه المواقف إنمــا يحتــاج إلــى العــلاج وإلا فســوف تســتمر صورة الإنسان التــى رســمها عــن نفســه ســيئة ومليئــة بالمعاناة. ويمكن أن يجلب إعترافنا بخطايانــا خاصــة فــى ظل خدمة المصالحة - كما تقــدم أنفــا - بركــات كثــيرة. فالرب يشتاق أن يحررنا من ربط المــاضى ، إلا أنــه لــن

يتخطى حرية إرادتنا لكى يمنحنا شيئا ما. فهو قد بكى وهو يتطلع إلى المدينة المقدسة، قائلا : "يا أورشليم يا أورشليم ... كم مرة أردت أن أجمع أولادك كما تجمع الدجاجة فراخها تحت جناحيها ولم تريدوا." (مت ٢٣ : ٣٧). فهناك دور لإرادتنا يشتمل على السماح ليسوع بأن يحررنا من طبيعتنا المتمردة من أجل أن يهبنا حياة جديدة. فهو ينتظر بكل صبر أن نوقف محاولتنا لإصلاح أنفسنا ، وأن نسلم أخيرا كياننا الداخلى بين يديه كيما يستطيع أن يملئنا بالسلام.

وبوسع النمو الجنسى السريع الذى يحدث لنا خلال فترة المراهقة أن يكون مصدر صراع داخلى. فالمراهقون أنفسهم يتناقشون حول موضوع كيفية التعامل مع هذه العواطف الجياشة التى تضطرم بداخلهم. فالمعلومات والتجارب المغلوطة والخاطئة من الممكن أن تجلب الكثير من المعاناة فيما بعد فترة المراهقة. والعديد من الناس لا يستطيعون أن يكونوا أو يقيموا علاقات جنسية سليمة ومبنية على الحب المتبادل نتيجة للإتجاهات الجنسية المشوهة المتقلدة من الآباء. ويمكن أن تتأرجح

تلك الإتجاهات من الكبح الصارم إلى التشجيع العلنى والسماحية المطلقة. وكلا الناحيتين يعكسان صورة مشوشة عن الجنس.

ومن الواضح أننى لا أستطيع أن أفحص كل الطرق التى بها يؤثر التوجيه المبكر الذى تلقيناه فى الصغر على حياتنا الجنسية كأشخاص بالغين. إن أرفف المكتبات المعاصرة اليوم تمتلئ بما كتب عن ذلك الموضوع بعدما أخذنا نعوض أنفسنا عن سنى التحريم الثقافى بإنفجارة أدبية فى هذا المجال. أما فيما يخصنا نحن بشأن الشفاء الداخلى ، فإن المشاكل المتعلقة بالحالة الجنسية يمكنها أن تشفى وأن تستقر بلمسة الرب يسوع الشافية. ويصبح ذلك واضحا حينما نأخذ بعين الإعتبار أن يسوع قد أقيم من الأموات بكل عناصر إنسانيته وهى لم تمس ، مع العلم بأن حالته الجنسية هى جزء من كيانه المقام من الموت. فنحن نستطيع أن نسأله أن يملئ ذلك الجزء من طبيعتنا بكماله ، وأن يشفينا من أية تأثيرات سلبية وأية إتجاهات مغلوطة وخاطئة وأيضا أية وصايا مملوءة تخويفا. وهنا ومرة أخرى تتضح أهمية العذراء مريم – أم يسوع – لهؤلاء الذين يمثلون الجنس

الأنثوى منا. فقد يصعب بعض الشىء أن تتشارك الإناث مع يسوع من ناحية الإحساس بحالته الجنسية ولكنهم يستطيعون أن يسألونه أن يبارك أنوثتهم بنفس الطريقة التى لمس بها مريم العذراء إذ ظلل عليها بالروح القدس حين قبلت أن تكون أما للمخلص. فقد كملت أنوثتها بواسطة الآب لأنها لم تخف أن تستودع ذاك الجزء من كيانها فى رعايته. ويمكن أن تكون الفقرات الكتابية الكثيرة التى تصف حياتنا الروحية بالعلاقة الزوجية مصدرا قيما للتأمل فى علمية الشفاء الداخلى. ومن إحدى الفقرات التى وجدتها تناسب النساء ذوى الإقتناعات الفقيرة عن أنفسهم هى (أشعياء ٦٢ : ٣ – ٥):

"وتكونين إكليل جمال بيد الرب ،
وتاجا ملكيا بكف إلهك.
لا يقال بعد لك مهجورة ..
ولا يقال بعد لأرضك موحشة ،
بل تدعين حفصيبة (أى مسرتى بها) ،
وأرضك تدعى بعولة.
لأن الرب يسر بك ،
وأرضك تصير ذات بعل.

لأنه كما يتزوج الشاب عـــذراء ،
يتزوجك بنــوك.
وكفرح العريس بـــالعروس ،
يفرح بك إلــهك.

فيسوع يريد أن يشــفينا لكــى يجعـل الجنـس فينــا منبع حياة، وليس عائقا للحياة. فإن تعلمنـــا أن نقبـل رجولتنــا أو أنوثتنا بكامل طبيعتــها الجنســية - حتــى بالنسـبة لغــير المتزوجين - فإن هـــذا كفيـل بـأن يفجـر ينـابيع الخلــق والإبداع بدواخلنا. إن كثير من عملى هـــو مـع أنـــاس قبلــوا أن يعيشوا حياة البتولية كرهبان أو راهبــات أو حتــى كهنــة. وإنــى أرى أن تكريســهم لا يكـن ابـدا كـاملا إلا عندمــا يواجهون الناحية الجنسية فــى حياتــهم ويتقبلونــها ويتعلمــوا كيف يسلمونها للرب بالكـــامل.

إن عالم المراهقين هـــو عــالم متقلــب الأحــوال ، محير بل ومخيف أيضا. وهو ملــئ بــالتوتر الدائـم ولكنــه ايضا يقدم لنا التحديــات التــى تسـتطيع أن تعمــق فــهمنا لأنفســنا ولله وللآخريــن. إن الحيــاة لا تقــدم لنــا ايـــة ضمانات ضد الألـــم ، فعلــى مكتبــى قــد وضعــت لافتــة

تقول: "بلا ألم لا يوجد ربـــح". وإنمـا التجـارب المؤلمـة التى نصادفها فى مسيرة حياتنا تسـاعدنا علـى أن نصبـح أكثر حساسية للعالم من حولنـا علـى المسـتوى البشـرى وعلى المستوى الروحـى ايضـا. إن عـدم التعـرض لأى ألم نفسى لن يجعـل منـا كائنـات بشـرية أكـثر صحـة وكمال، تماما كما أن عزل أى طفل فى بيئـة خاليـة تمامـا من الجراثيم والميكروبات أمرا لـن يؤهلـه للعيـش علـى ظهر هذا الكوكب. فبينما تتعلـم أجسـامنا أن تتكيـف مـع الكائنـات الأوليـة نكتسـب حصانـة ضـد العديـد مـن الأمـراض ، وكذلـك بينمـا تتعلـم عقولنـا أن تواجـه مشكلات الحياة اليومية نكتسب حكمـة وفـهم.

فالهروب من حوادث الحيـاة الطبيعيـة علـى وجـه هذه البسيطة عـن طريـق الخمـر أوالعقـاقير أو أى وسـائل أخرى للهروب ربما يطيل عملية المراهقة لأكـثر بكثـير ممـا قدر لها ، مما يجعلنا غـير خـائفين وغـير مطمئنيـن علـى الـدوام.

دعونا نسـمح للـرب أن يلمـس وأن يشـفى الطـرق والأساليب التى بها مازلنا معلقيـن فـى إختبـارات المراهقـة مما خلق الحواجز والعوائق بكياننـا الداخلـى.

صـلاة:

أيها الرب يسوع ، أسألك أن تعود معـى فـى حيـاتى إلـى تلـك الفـترة بيـن طفولتـى ونضوجـى والمعروفـة بالمراهقة ، وأن تبدأ في إبرائى من أى ذكريـات أليمـة قـد حدثت فى ذلك الوقـت. دع نـور روحـك القـدوس يدخـل الثنايا المظلمة لعقلى البـاطن كـى يظـهر أى جـزء مـازال يحتاج إلى تطهير وتحريـر.

فإن كانت هنـاك سـلوكيات لازالـت تملئنـى بمشـاعر الخزى والإرتبـاك فـإنى اسـألك يـا يسـوع أن تغسـلنى مـن إحساسى بالذنب بدمك الثمين الذى قد سـكب لغفـران خطايـاى. وأرجوك أن تعطنـى الشـجاعة لأن أعـترف بمعـاصى علنـا حتى ، إن كان فى ذلك عونا لى. وإن كـان كيـانى الداخلـى قـد

شعر بطريقة أو بأخرى بعدم النقاء فـإنى أشـكرك لأجـل حبـك المطهر الذى يغسلنى فأبيض أكثر مـن الثلـج.

يا يسوع ، إنـى أسـألك أن تحررنـى مـن مشـاعر الرفض التى عانيتها خـلال تلـك الفـترة مـن حيـاتى. مـن الأوقات التى أحسست فيها بأنى مسـتثنى وغـير مقبـول مـن الشلة ، حينما ضايقنى وسخر منى رفقـائى وجعلونـى أشـعر بالإختلاف عنـهم. سـاعدنى أن أصـدق أننـى حقـا أنتمـى لمملكة سماوية لا يوجـد بـها تفرقـة بيـن الأفـراد ، حيـث الجميع فيها مقبولون. دعنى أرى نفسى مـن خـلال عينيـك ، فمن خلالك قد صـرت مسـتحقا لحيـاة أبديـة ، لذلـك فأنـا عضوا ذو قيمة فى مجتمع الله. علمنى ألا أسـألك (مـن أنـا؟) بل اسأل (لمن أنا؟) بينما أنت ترينى حقا لمن أنـا أنتمـى.

يا يسوع لقد كان هناك الكثير مـن التوتـر بينـى وبيـن والداى فى فـترة المراهقـة. فقـد تصـادمت إراداتنـا حينمـا حاولت أن أسـتقل وأن أتحـرر عـن قيمـهم لأعيـش حيـاتى الخاصة. وبينما أنا أدرك أن هذه سمة عادية بـل وطبيعيـة مـن سمات المراهقة فإنى اسألك أن تلمس الذكريات التـى لـم تشـفى بعد والخاصة بالمشاجرات والمشاحنات التى أحدثـت ألمـا بيننـا

ولم تحل بشكل صحيح. ربما مازلت أضمـــر إمتعاضـا تجاهـهم بســبب نظامــهم الصـارم أو ملحوظاتــهم القاسـية. وإن كــان الصلح يحتاج إلى أن يعبر عنه فى صـــورة خطــاب أو إتصــال هاتفى ، أو حتى زيارة فــإعطنى الشـجاعة أن أخطـو الخطــوة الأولى على طريق الســلام.

ســاعدنى أن أكـف عــن لــوم الأخريــن لأجــل أى مواقف إخفاق فى حياتى وأن أبدأ فى تحمــل المسـئولية عــن سلوكى الخاص بى. إنـــى أحضـــر مراهقتـــى المتمـردة عنـد أقدام صليبك راغبا فى الخضوع لرعايتك ، فــلا أعـود أقـول "إنى أفضل أن أفعل ذلك بنفسى" فيمــا بعــد.

يا يسوع إنى أشكرك على الحـــب الــذى أبرزتــه لــى حينمــا أحضــرت تلــك المنطقــة مــن حيــاتى إلـــى دفء محضرك. وأنا أثق بأنك سوف تســـتمر فـــى عمليــة الشــفاء هذه بينما أبقى ملازما وقريبا منك بكل طريقـــة ممكنــة.

أمــين

الفصل السابع

النضوج

وأخيراً قد وصلنا إلى المرحلة التى أصبحنا بها كباراً بالغين ومهيئين للحياة ! (وكأننا لم نكن نحيا فى مراحل النمو السابقة). وبرغم الإعتراض فعلى العكس من ذلك ، نحن فى الحقيقة لم نكمل نمونا بعد ولن ننهى أبداً هذا النمو. ولهذا ينطبق القول المأثور "صبراً ، إن الله لم يفرغ منى بعد" على مرحلة النضوج كما ينطبق على مراحل النمو الأخرى أيضاً. وتعتبر مرحلة النضوج هى أطول مراحل عمر الإنسان ، فطبقا لجداول شركات التأمين على الحياة فإن الشخص البالغ من العمر خمس وعشرون عاما من المنتظر أن تمتد حياته على الأرض خمسون عاما أخرى .ولا تعتبر هذه المرحلة فترة ركودا سيكلوجيا بل أنها فترة غنية بفرص النمو العاطفى والروحى لهؤلاء الذين يرغبون فى نموا مستمرا وتطورا متصلا. ومن المؤكد أن جوانب البلوغ المتعددة إنما تزيد

من وعينا ومعرفتنا بالعالم المحيط بنا. فعندما ننفصل عن أسرنا ونلتحق بالعمل ونلتزم بعلاقات جديدة فإننا نضطر لمواجهة مشاكل الإختيار ومشاكل التقابل مع أمور ومسئوليات جديدة علينا تماما. وهذا أمر طبيعي ففي تسديد متطلبات الحياة لدى الشخص البالغ وتعلم مواجهة المشاكل فى العلاقات وفى قبولنا لتحمل مسئوليتنا عن سلوكنا ،فى هذه جميعها نجد وسائل هامة لنمونا الروحى والنفسى. كما أن هذه العوامل أيضا توفر لنا الفرص المناسبة للتشبه أكثر بيسوع الذى "كان يتقدم فى الحكمة والقامة والنعمة عند الله والناس" (لو ٢ : ٥٢) وهو يدخل إلى مرحلة النضوج. إن ما نواجهه من صراعات أثناء هذه الفترة من الحياة من الممكن جدا أن يكون خطوة هامة تقربنا إلى الله وإلى بعضنا البعض. فإن خلت الحياة من المشاكل والصعاب لأصبحنا مكتفيين بذواتنا وصرنا منغلقين على أنفسنا فىعالمنا الصغير ، غير منفتحين على العالم الخارجى لإكتشاف جوانب القوة غير الظاهرة فى طبيعتنا. إلا أننا مدعوون إلى النور وإلى إدراك ذواتنا حتى نستمر فى النمو ، الأمر الذى لن يحدث إلا عندما نكون مستعدون لمواجهة كل ألم داخلى بل وما يوجد أيضا

من أحزان خارجية. ومــن المؤســف أن مجتمعنــا الحــاضر لا يدرك قيمة وأهمية مواجهـــة الواقــع ، لــذا نــرى النــاس يــهربون عــن طريــق العقــاقير والمخــدرات والخمـــور والعلاقات الجنسية المحرمـــة ، تلــك الأمــور التــى لا تمنــح السلام أو الفرح ولا تقدم الصبر والحب لعالمنــا ولكنــها فقــط تستر وتخفـــى مظــاهر الإضطــراب بــل وتؤخــر العــلاج والشفاء الذى نحتاجه جميعنـــا.

إنـــه لأمــر مســتحيل تقريبــاً أن نحصــل علـــى النضــوج الروحـــى والعــاطفى دون إجتيــاز الألــم الــذى يصاحبه. إلا أن تشبعنا بخرافـــة الســعادة الحســية يجعلنــا نصاب بالإضطراب والإحبـــاط حيــن تعــترض المتــاعب طريقنا. فكثيراً ما كانت تنتهى قصــــص الأطفــال بالعبــارة الشهيرة "**وعاشوا فى تبات ونبـــات**" حتـــى أننــا صرنــا لا نتوقع سوى البهجة والمرح ونحـــن نقــترب مــن مرحلـــة النضوج. فإذا واجـــه الزوجــان بعــض الخلافــات أو إذا جاء العمل على غير المتوقع فـــإن رد فعلنــا الشــائع هــو محاولة التخلص من الموقف والبحث عـــن بديــل يشــعرنا بالسعادة. ولأننا نقبل إسطورة الســـعادة هــذه بشــدة فإننــا

نفترض أن كل من حولنا قـد وجدونـها وأن كـل جيراننـا وأصدقائنا قد حصلوا على ما يبتغـون.

لا يملك أحد السـعادة علـى نحـو متصـل هكـذا ، سواء كان من رجال الأعمـال أو مـن القـادة الروحيين أو حتى كانت فتاة عاملـة ، فـالجميع يحتـاجون لإشـباع نفـس الرغبات والإحتياجات. ولكننا عادة ما نقتنـع بـأن المشـكلات التى تقابلنـا فـى مرحلـة النضـوج لابـد وأن تعـبر عـن الضعف وعدم الإستقرار لأننا لا ندرك طبيعـة وجـود فـترة للتكيف مع الحياة فى حياة كل منـا. وهـذا الشـعور يجعلنـا نخشى المكاشفة لإقتناعنـا بحتميـة وجـود خطـأ مـا فينـا. وهكذا نتعلم أن نرتدى قناع الإكتفاء ونبتعد شـيئا فشـئ عـن كل المواقف التى تساعدنا على النمو. إن مجـرد التفكـير فـى السماح للآخرين بأن يعرفون بمـا يـدور فـى دواخلنـا مـن شكوك وإضطرابات حتى ولـو بغـرض التعلـم ، لـهو أمـر يملئنا بالرعب لدرجة تجعلنا نتجنب المواجهـة بشـتى الطـرق والآليات الدفاعية للنفس. وتعتـبر الصـورة التـى رسـمتها "مارى تايلورمور" لـلأم فـى فيلـم "أنـاس عـاديون" مثـالا ممتازا للإنكار ، فبـدلا مـن مواجهـة نفسـها قـد إختـارت

الهروب بالإنفصال عن الزوج والإبن اللذان كانا يطلبان منها المواجهة الأمينة لمشاكلها. إن الخطأ في مثل هذه الأفعال يكمن في حقيقة إستحالة تركنا لمشاكلنا الداخلية خلف ظهورنا ، فقد نستطيع أن نغير من المظهر الخارجي إلا أن الداخل يبقى كما هو عليه دون تغيير. فإن عرفنا قيمة مشاركة الآخرين بما في كياننا الداخلي لساعدنا ذلك كثيراً على الإستمرار في النمو في هذه المرحلة أيضاً. فوجود شخص واحد على الأقل كشريك الحياة أو صديق قريب يستطيع أن يشاركنا في أفكارنا ومشاعرنا الخاصة فإن هذا أمر يوفر لنا الكثير من القوة والمعونة في أوقات الشك وعدم اليقين. وقد ثبت أن النساء أقدر من الرجال في تكوين مثل هذه العلاقات ، فقد نشرت إحدى الصحف مؤخرا سلسلة من المقالات عن حالة كبار السن في سان بيترزبرج بولاية فلوريدا حيث ذكرت فيها كيف أن الرجال يجلسون صامتين جنبا إلى جنب على نفس مقعد الحديقة لمدة ساعات دون أن يحاولون التحدث بعضهم مع البعض في الوقت الذى تتحدث فيه النساء بلا إنقطاع. وبالطبع فإن هذا الحديث قد لا يتضمن بالضرورة على

مشاركات عميقة وصادقة إلا أنـــه بــلا شــك يـدل علـــى أن هناك نوعا من التفاهم والإتصـــال لازال موجــودا.

لقد كانت الأجيــال الســابقة تتمتــع بوحــدة أســرية فريــدة. فــالأجداد والخــالات والعمــات وأبنائــهم كـــانوا يعيشون جميعا فى نفس المنطقـــة ويمــدون يــد المعونــة بعضهم للبعض. أما فى مجتمـــع اليــوم والــذى اصبحـت فيه الأسر غير مستقرة معا فـــى مكـــان واحــد بــل كثــيرة التنقل من مكان إلىآخـــر ، فــإن هــذا المجتمــع لا يتيــح فرصا مناسبة لنمو مثـــل هــذه النمــاذج مــن التركيبــات الأسرية. وقد عزا الشباب تورطهم فـــى جماعــات البــدع الدينيــة - كــالمونيز ، وهــارى كريشـــنا وغيرهـــا - إلىإحتياجاتــهم الأولــى للمشــاركة فــى مجتمــع متحـــد ومترابط، حسب تقريـــر أصدرتــه جامعــة هــارفرد عــن أحدث أبحاثها الميدانية. ولاشك أن هـــذا الإحتيــاج يفــرض نفسه على قلــوب البشــر بطريقــة ملحــة مشــكلا تحديــا حقيقيا لمجتمعاتنا الدينية والدنيويــة اليــوم.

يذكر الدكتور جيمـــس لينــك - أســتاذ علــم النفــس

بجامعة ميريلاند - فى كتابه "القلب المكسور"[1] كيف أن مشاركة الحياة مع الآخرين يمكن أن تؤثر حتى فى حياتنا وصحتنا البدنية. فعندما إستخدم الأجهزة التكنولوجية الحديثة لدراسة حالة ٣٠٠ شخص من مرضى الشريان التاجى إكتشف أن مجرد لمس المريض لقياس سرعة نبضه قد قضى على ظاهرة عدم إتساق ضربات القلب عند هؤلاء المرضى. كما واصل دكتور لينك أبحاثه فى وحدات العناية بمرضى القلب العديدة وجمع قدرا وفيرا من الحقائق التى أقنعته بقيمة وأهمية مرافقة الآخرين فى المحافظة على أنفسنا فى صحة جيدة. وقد أوضح أن الإنعزال الإجتماعى والوحدة لفترات طويلة ، وأيضا فقد أحد الأحباء يعتبر سببا رئيسيا للموت المبكر فى أمريكا وبصفة خاصة لدى مرضى القلب ، ذلك المرض الذى يعتبر الأول فى لائحة الأمراض المسببة للوفاة بأمريكا حاليا.. ففى كل عام يموت الملايين ، حرفيا بسبب القلب الكسير أو القلب الوحيد ..

---

(١) Basic books, Inc., New York, 1977

وللعلاقات الإنسانية أهمية كبيرة لا ندركها إدراكا كاملا، فوسائل الإعلام المختلفة تذكرنا دائما بحاجتنا إلى النظم الغذائية وممارسة الرياضة وتذكرنا بأهمية الإمتناع عن التدخين وضرورة عمل الفحوصات الطبية المنتظمة ، لكنها نادرا ما تحذرنا من أن إخفاقنا فى إقامة علاقات عميقة فى فترة نضوجنا قد يؤثر على صحتنا تأثيرا سيئا للغاية ، بل على العكس من ذلك فإن كل ما نستمع إليه يقنعنا بأن نفعل أمورنا الخاصة وأن لانربط أنفسنا بالآخرين إلا فى حالات الضرورة القصوى.

ونحن فى العادة نتجنب إقامة العلاقات مع الآخرين لأننا قد جرحنا يوما ما ، سواء بسبب زواج فاشل أو بسبب فقدنا لشريك الحياة بالموت. وحتى تعرضنا لإنهيار فى الصداقة مع شخص قريب يمكن أن يؤدى بنا إلى أن نغلق الباب أمام أى علاقات حميمة وأن نحتفظ بالآخرين على منأى من كياننا الداخلى. ونحن هنا وحين نقرر ألا ندع أى شخص يقترب منا هكذا مرة أخرى فإننا نضع كل العوائق والحواجز أمام الحب والحياة. وهذا بالطبع يخلق مشكلات وصعوبات عديدة ، ليس فقط فى

علاقاتنا الأرضية بل أيضا في علاقاتنا السماوية ، لأنه "إن قال أحد إنى أحب الله وأبغض أخاه فهو كاذب. لأن من لا يحب أخاه الذى أبصره كيف يقدر أن يحب الله الذى لم يبصره." (١ يو ٤ : ٢٠). فمن الصعب علينا أن نفتح قلوبنا لله عندما نكون غير قادرين أو غير راغبين في فتح قلوبنا للناس. لذا فنحن نحتاج أحيانا إلى لمسة يسوع الشافية لتريحنا من الآلام التى عانيناها من جراء العلاقات المكسورة قبل أن نجرؤ على أن نكون مفتوحين للآخرين مرة أخرى. كما أننا عادة ما نحتاج إلى محبة الله الصافحة والغفورة لكى نغفر لأولئك الذين قد جرحوا مشاعرنا عند محاولتنا الإقتراب منهم.

إن حياتنا كأشخاص بالغين قد تحوى العديد من المواقف التى تسبب لنا الوحدة والألم والإحباط ، إذ لا نشعر أن أحدا يفهمنا أو يفهم ما نعانيه وما نمر به من تجارب. وقد نسمح لمثل هذه المواقف بأن تجعلنا نتحول إلى أناس معتزلين غاضبين من الله ومن العالم لأجل ظروفنا ، أو يمكننا أن نختار شيئا آخر وهو أن نكتشف هبة الحياة الجديدة عندما نقدم كل الأشياء لله طالبين منه

أن يحول الألم إلى خير لنا. فكم من مـــرة طلـــب يســوع مـــن تلاميــذه أن يضعــوا إيمانـــهم بـــالله وأن يثقــوا فـــى أن الآب السماوى سوف يقف بجانبهم ويعينـــــهم فـــى كـــل تجاربـــهم. ولأن كلمة "إيمان" تعنى حرفيـــا "الثقـــة" لـــذا فإنـــها تتضمـــن سموا فى الخضوع وفى الإنفتاح لمحضــــره إذ نضـــع نفوســـنا البشرية بضعفاتها بين يديــــه.

إن الثقة أحيانا كثيرة ما تتعطل بســـبب الإحبـــاط فـــى إختياراتنا فى الزواج أو العمل فى مســـتهل حياتنـــا كأشـــخاص بالغين. فعندما نواجه أهدافا لـــم تتجـــز وأحلامـــا لـــم تتحقـــق تصاب أنفسنا بالإحباط والإكتئاب ، وهنـــا أتذكـــر أننـــى قـــد صليت مع سيدة كانت تمر بوقـــت عصيـــب بســـبب طلاقـــها وإنفصالها عن زوجـــها ، وهـــذا لأن الأبحـــاث الأخـــيرة قـــد برهنت على أن عامل الضغط فى الطلاق أكـــبر مـــن عـــامل الضغط والألم فى حالة فقدان شـــريك الحيـــاة بســـبب الوفـــاة. لاشك أن كلا الموقفين يسببان حزنـــا وألمـــا عميقيـــن ، إلا أن الطلاق يؤدى إلى الإحســـاس بالفشـــل الشـــديد الـــذى يدمـــر صورة الإنسان فى نظر نفسه. ففى حالـــة هـــذه المـــرأة فشـــل الزواج بسبب خيانة الزوج حيث حكمت الكنيســـة بإلغـــاء هـــذا

الزواج. إلا أنـــها لـم تسـتطع أن تتغلـب علـى الإحسـاس بالذنب إذ كانت دائما تتهم نفسها بمسـئوليتها عـن فشـل هـذا الزواج. وقد إحتاجت لشهور طويلـة مـن الرعايـة النفسـية من أقاربها وأصدقائها قبل أن تتمكـن مـن أن تسـامح نفسـها وأن تشعر أنها قد صارت محبوبة مرة أخـرى. وهكـذا نـرى أن محبة الأخرين ومعونتهم التـى تسـمح للشـخص الحزيـن بالتعبير عن مشاعر الوحدة والألـم تسـاهم مسـاهمة كبـيرة فى عملية الشفاء. ومع ذلك كثيرا ما ينفذ صبرنـا مـع أنفسـنا ومع الآخرين عندما نجدنا نحـرز تقدمـا بطيئـا فـى قدرتنـا على التغلب على الأحزان ، ناسـين أن الشـفاء هـو عمليـة مركبة تتداخل بها عوامل كثـيرة. لقـد وعـد السـيد المسـيح بأن "يعزى النائحين" ، ولكن القلـوب التـى أوجعـها الحـزن تحتاج إلى بعض الوقت حتى تستطيع أن تتمتـع بالسـلام.

فى وقت من الأوقات صليت مـع أشـخاص يعـانون من مشاعر الحزن لفقدانـهم لوظائفـهم ، إذ أن هـذا الموقـف يحمـل إحساسـا بـالفراغ وعـدم القيمـة. وأحـد هـؤلاء الأشخاص عجز تماما عن البحث عـن عمـل جديـد بسـبب إكتئابه الشديد بعد فصله من العمـل ، ولـم تسـتطع سـوى

نعمة الله أن تمنحه الشجاعة المطلوبة للتغلب على مخاوفه كيما يبدأ من جديد. وفى وقت لاحق وجد وظيفة أكثر ملائمة لمواهبه من وظيفته تلك الأولى.

أيضا مشاعر الخسارة المقترنة بإستقلال الأبناء هى مثار أخر لإهتمام أشخاص كثيرين. فجزء كبير من حياة الوالدين يدور حول العناية المستمرة بأطفالهم وإنتهاء هذه المسئولية رغم أنها قد تخفف شيئا من الضغوط إلا أنها توجد نوعا من الإحساس بالفراغ. فالوالدين يشعرون بأن حياتهم قد صارت بلا معنى وبلا أهمية بل وأنهم قد أصبحوا غير نافعين وغير لازمين لأى من البشر فيما بعد. وأنا شخصيا قد مررت بهذا الإحساس وبهذة التجربة فى السنوات القليلة الماضية حين إنتقل ثلاثة من أبنائنا إلى مساكنهم الخاصة ، فواحد قد سافر بعيدا ليلتحق بإحدى الكليات والآخران قد أنهيا دراستهما وإنطلقا ليبحثا عن مستقبلهما. وبالرغم من أن حياتى مليئة بالنشاط والعمل إلا أننى وجدت صعوبة فى أن أحقق أى إحساس بالنفع والفائدة بعيدا عن دورى كأم ، فالعناية بأولادى الخمسة قد جلب لى الفرح والسعادة أكثر

من أى إنجاز أخر قمت بـــه. وإنـــى أشـــعر بالإمتنـــان لأنـــهم حافظوا على إتصال دائم ووثيق بنــــا.

وقد عملنــــا أنــــا وزوجـــى علـــى أن نســتثمر فــترة الإنفصال هذه عن أولادنا لنعيد إكتشـــاف عواطفنــا ولنحــاول أن نفهم هذه المرحلة من زواجنا. وقـــد قضينــا وقتــا طويـــلا فى الصلاة والإستماع للرب ولبعضنـــا البعــض أيضــا حيــن وقع نظرنا على لوحة معلقة علــــى حــائط غرفــة المعيشــة كانت قد أهديت إلينا حيــن بــدأ صغارنــا يغــادرون العــش ، وقد عزتنا كلماتها كثــيرا إذ تقــول: "**هنـــاك شــيئين دائميــن يمكننــــا أن نورثـــهما لأطفالنــــا ، الشـــئ الأول هـــو الجـــذور والثانى هو الأجنحة**". أما الجذور فـــهى أمــر ســهل ، وأمــا الأجنحة فهى موضوع التحـــدى.

كلنا مررنا بفترات شعرنا فيها بخيبـــة الأمــل عندمــا لم يتحقق أحد أحلامنا أو حيـــن لـــم نســتطع أن ننجــز هدفــا وضعناه أمامنا. ونحن يمكننا إما أن نـــترك مثــل هــذا الأمــر ليجعلنا نهجر ونترك كل الجهود للنمـــو الشـــخصى والعــائلى والإجتماعى ، أو أن نوجـــه أنظارنــا إلـــى الله ونطلـــب منـــه القوة والتشجيع لكى نواصـــل المســير. إن مشــاكل وأزمــات

مرحلة النضوج إنمــا تعلمنــا أن نتعــايش مــع حقيقــة عــدم كمالنا بل وتعلمنا ألا نضع آمالا غــير واقعيــة علــى شــريك حياتنا أو أطفالنا أو أصدقائنــا. فــالحب يحمــل دائمــا خطــر الألم بين طياته ، إذ أن الله وحده هو القـــادر علـــى أن يحبنــا حبا كـــاملا.

لقد إستمعت مؤخرا إلى حديث تليفزيونـــى يقــول فيــه المحاور "فيــل دونــهو" أن هنــاك ثــلاث مراحــل للإلــتزام. فهناك المرحلة المرحة والبسيطة حيــث تذهــب فيــها قــائلا: "إنى أحب أن أفعل ذلــك." ، وهنــاك المرحلــة الثانيــة حيــن تصبح غير متسامحا مع أي إنسان لا يتفــق معــك. ثــم تــأتى المرحلة الثالثة أخيرا حين تــدرك فجـأة أنــه ليـس بيديـك الكثير لتفعله ، وهذا هو الطور الذى يصنـــع فيــه القديســون ، الأناس الذين يتمسكون بــهذا المســتوى رغــم مــا بــه مــن صــراع.

إننا فى حاجـــة لأن نطلــب مــن يســوع أن يمنحنــا نعمة الرجاء بسكيب جديد للنعمة فـــى حياتنــا حتــى نســتطيع أن نواجه تحديات اليأس وفقدان الأمل الـــذى يصيــب حياتنــا بالشلل فى بعض الأحيان. فإنــه كثــيرا مــا يســهل علينــا أن

نسقط وأن نستسلم لظـــلام اليـأس بـدلا مـن أن نسـمح لله بإمتلاك حياتنا لكى يجعلها تسير وتتنـــاغم مـع خطتــه لنــا ، ولذلك فإننا لن نستطيع أن نواجـــه ضغـوط العــالم اليــوم إلا إذا سـمحنا للــروح القــدس أن يمنحنــا الرجــاء والأمـــل والتشجيع المستمر. فمن خلال قضائنا وقتــا هادئـا مـع كـل يوم وإنصاتنا لصوته الـــهادئ الخفيـف يمكننـا فقـط رؤيـة العالم مـــن خـلال عينيــه بـدلا مـن تصوراتنـا القــاصرة والمحدودة. "فإننا ننظر الأن فى مرآة فــى لغـز لكـن حينئــذ وجــها لوجــه. الأن أعــرف بعـض المعرفـة لكـن حينئــذ سأعرف كما عرفــت." (١ كـو ١٣ : ١٢)

إن السير مع يســوع فــى مراحـل العمـر المختلفــة يعيننا على تخطى العوائق التى تمنعنـــا مــن إمتــلاك الحيــاة الجديدة التى وعدنا بالحصول عليها فـــى كلمــة الله. والمســيح يسوع لم يخدعنا بوعـــود تجعلنــا نعتقـد أن الحيـاة سـتكون سهلة ومريحة ولكنه قال أننا يجــب أن نتوقــع الضيقــات وأن نحمل صليبنا كما فعل هو ، وهو وعـــد بأنــه سـيكون معنــا ليمنحنا الحب والعون حين نطلب منـــه ذلــك. فــإن مسـئوليتنا هى الطلب وقرع الباب وأما هو فعليه الإســتجابة لطلباتنــا.

صـــلاة:

أيها الرب يسوع المســيح ، إنــى أســألك أن تبــارك تلك الفترات من حياتى البالغة والتى تحتاج إلـــى تغيــير كيمــا أستطيع أن أعكس وجودك فى حيــاتى فـــى كــل مــا تمتــد إليه يدى. إمنحنى نعمة الإيمان لكى أؤمن بــأنك تــدرك كــل شئ فى كيانى. ساعدنى لكى أســتطيع أن أثــق بــك وأئتمنــك على حياتى إذ أنــك "قصبــة مرضوضــة لا تقصــف وفتيلــة خامدة لا تطفـــئ." (أش ٤٢ : ٣)

سـيدى لقــد مــررت بفــترات ألــم فــى مرحلــة النضوج جعلت من الصعب على أحيانـــا أن أكــون منفتحــا مع الآخرين بــل ومعــك أيضــا. قــد يكــون هنــاك زواج فاشل تركنى متألما أو يكون فقدانى لشـــخص عزيــز لــدى قد سبب لى الحزن الشديد ، وربما إنهيار صداقـــة مــا قــد أشـــعرنى بــالوحدة ، أو إنفصــال أطفــالى عنـــى قـــد أشعرنى بــالفراغ.

من فضلك يا يسوع إلمـــس قلبـــى الكســير بمحبــة قلبك المقدس وإعطنى قلبا جديدا لأننى إذا مـــا اتيــت إليــك

بأحمالى الثقيلة فإنك سوف تريحنى، إذ أن نيرك هين وحملك خفيف (مت ١١ : ٣٠). إنى أعترف بأننى مثقل بالمسئوليات والضغوط فى حياتى اليومية ، فمن فضلك أعطنى القدرة أن أضع كل حياتى الحاضرة والمستقبلة بين يديك الحانيتين.

يا إلهى إن المعاناة قد سمحت للشك وسوء الظن أن يتسللا إلى عقلى وفكرى حتى شعرت باليأس وفقدان الأمل والحزن ، فصرت عاجزا عن رؤية العالم من خلال عينيك ، هبنى أن أصدق الحقيقة المدونة فى كلمتك المقدسة.. "لإنى هأنذا خالق سموات جديدة وأرضا جديدة فلا تذكر الأولى ولا تخطر على بال ، بل إفرحوا وإبتهجوا إلى الأبد فى ما أنا خالق."

(أش ٦٥ : ١٧،١٨)

سيدى إمنحنى فيضا من الأمل والرجاء لكى أؤمن حتى وإن لم أشاهد بعينى الدليل ، بأنك تقدم الخير لى.

ربى يسوع إن الكثير مـــن أحلامـــى وطموحـــاتى لـــم تتحقق كليا ولا حتى جزئيا ولكنـــى أدرك عبـــث العيـــش فـــى المـــاضى وعـــدم جـــدوى أحـــلام اليقظـــة عـــن المســـتقبل ، فأرجوك يـــا إلـــهى أن تســـاعدنى علـــى الإهتمـــام باللحظـــة والوقت الحاضر. إنى أريد أن أرى يديـــك فـــى الحـــزن كمـــا فى الفرح لأنى أؤمن بأنك تستطيع أن تحـــول أشـــد المواقـــف ألما إلى خير لـــى.

أعطنى القوة والشـــجاعة لكـــى أثـــابر فـــى أن أكـــون سراج مضئ لك مهما إن كان الضوء الـــذى يعطيـــه ضئيـــلا، فإنى أعرف أن الآب الســـماوى يـــرى كـــل مـــا يعمـــل فـــى الخفاء ولا تغيب عنه صـــلاة قلبيـــة أوعمـــل أميـــن. فـــإن أى شمعة صغيرة تضيف شيئا من النور إلى هـــذا العـــالم وتجعـــل ملكوت الله قريبـــا.

إنى أعلم يا سيدى أن نمـــو وتطـــور كيـــانى الداخلـــى هو عملية تحتاج إلى وقتا وصبرا وإنفتاحـــا لحضـــورك ، لـــذا فإنى أشكرك من أجل كل الطرق التـــى بـــها يســـاعدنى حبـــك على النمو حتى يمكن للمسيح أن "يحـــل بالإيمـــان فـــى قلبـــى" عندئذ "أتأسس وأتـــاصل فـــى المحبـــة" فأســـتطيع مـــع بـــاقى

القديسين أن "أدرك ما هو العرض والطــول والعمــق والعلــو" وأن أعرف "محبة المسيح الفائقة المعرفة" لأمتلــئ "إلــى كــل مــلء الله". (أف ٣ : ١٧ – ١٩)

أمــين

خاتمة

قال دكتور ألبرت شـــويتزر فـــى خطابـــه الإفتتـــاحى الذى القاه بإحدى جامعاتنا الأمريكية منذ عـــدة سنوات: "إنـــى لا أعرف ما سوف تكون عليه حياتكم فـــى المســـتقبل ولكنـــى أعرف وأثق فـــى شـــيئاً واحـــداً ، وهـــو أن مـــن ســـيتمتعون بالسعادة منكم هم أولئـــك الذيـــن يبحثـــون ويجـــدون الفـــرص لخدمة الآخريـــن.

وإنى أود هنا أن أعيـــد مقولـــة د. شـــويترز بطريقـــة أخرى تتلائم مع موضوع الشـــفاء الداخلـــى فـــأقول: "إنـــى لا أعرف كم عدد القراء الذين سيختبرون الحريـــة الجديـــدة مـــن خـــلال حـــب يســـوع الشـــافى ، ولكنـــى أعـــرف أن الذيـــن سحتفظون بالتقدم المتصل والمستمر هـــم فقـــط أولئـــك الذيـــن يبحثون ويجدون الفرص لخدمـــة الآخريـــن."

فإذا بقينا منحصرين فـــى التفكـــير فـــى أنفســـنا وفـــى أهدافنا فـــاحصين درجـــة حرارتنـــا "النفســـية" وضغـــط الـــدم

"الروحى" لدينا ، فإننا لن نضمن أبدا سلام العقل والقلب ، فإن الطريق الوحيد للإحتفاظ بحب يسوع هو أن نقدم هذا الحب للآخرين. فإن محاولة إكتشافنا للوسائل التى بها نخفف آلام الأخرين من حولنا إنما يأتى ببركات كثيرة لحياتنا ويجعلنا ثابتين فى مشيئة الله.

لقد غسل السيد المسيح أرجل تلاميذه قائلا لهم: "لأنى أعطيتكم مثالا حتى كما صنعت أنا بكم تصنعون أنتم أيضا." (يو ١٣ : ١٥) ولذلك فإن تعلمنا لأن نصير غاسلى أرجل هو أمر نافع وهام جدا لحياتنا الروحية تماما كما كان لحياة الرسل. فإننا لن نستطيع أن ننمو إن لم نتعلم كيف نخدم.

وطرق الخدمة كثيرة ومتنوعة ، فبينما نحن نسير فى طرق الرب فإنه سوف يعلمنا كيف نحمل نوره إلىالعالم. قد لا يرى العالم أعمال الرحمة التى نعملها أو يعترف بها، ولكن أبانا السماوى الذى يرى كل منا يعمل فى الخفاء سوف يجازينا (مت ٦ : ٤). ليس الأمر الهام هو حجم ما نقوم به من أعمال ، وإنما الدوافع التى تقع خلف هذه الأعمال هى التى تحدد قيمتها. أن تعمل على

تعزية الحزانـــى أو أن تصغـــى لطفـــل مجـــروح ، أن تـــزور المسنين فى وحدتهم أو أن تعتـــــــنى بـــالمرضى فـــهذه كلـــها طرق بها نموت عن ذواتنا فى إهتمامنــــا بـــالأخرين.

إذا فعلنا هذا فإننا سوف نجـــد كياننـــا الداخلـــى حقـــاً ... فـــى يســـــوع.

ملحق

شواهد كتابية نافعة للتأمل فى موضوع الشــفاء الداخلــى

العهد القديـم:

مزمــور ٥١	غفران الخطيـة
مزمــور ١٠٣	الله محــبة
مزمــور ١٣٩	مزمور الشفاء الداخلــى
أشــعياء ٤١ : ٨ – ١٣	الثقة فـــى الله
أشــعياء ٤٣ : ١ – ٧	محــبة الآب
أشــعياء ٤٩ : ١٤ – ١٦	عناية الله الحانيـة
أشــعياء ٥٣ : ١ – ٥	الخادم المتــألم
أشــعياء ٥٧ : ١٤ – ١٩	وعد الشــفاء

أشـــعياء ٦٢ : ١ – ٥	الآب يخطبنا لنفســـه
أرميـــا ٣١ : ٣١	العهد الجديـد
حزقيـــال ٦٣ : ٢٤ – ٢٨	وعد الحياة الجديـــدة
هوشـــع ١١ : ١ – ٤	لمـــسة الآب
صفنيـــا ٣: ١١ – ٢٠	فـــرح الآب

العهد الجديـد:

متـــى ١١ : ٢٨ – ٣٠	التحرر من الأثقـــال
مرقـــس ١٠ : ١٣ – ١٦	أن نصير مثل الأطفـــال
لوقـــا ٤ : ١٨	إرسالية يســوع
لوقـــا ١١ : ٩ – ١٣	الصلاة المقتـــدرة
يوحـــــنا ٥ : ٢٤	وعد الحياة الأبديـــة
يوحـــــنا ١٤ : ٢٧	هبة الســـــلام
يوحنـــا ١٥ : ١٥	صداقة يســوع
روميـــة ٨ : ١٤ – ١٧	أبناء لـــــلآب
روميـــة ٨ : ٣٨ – ٣٩	حــــماية الله
١ بطـــرس ٢ : ٩	كهنوت المؤمنيـــن
الرؤيـــا ٢١ : ١ – ٨	أورشليم الســـماوية

عزيزي القارئ

لعلك استمتعت بقراءة هذا الكتاب ونحن نرحب بأسئلتك وإستفساراتك، كما نرحب أيضاً بأى خدمة نستطيع أن نقدمها لك من خلال خدمة المشورة والشفاء الداخلي.

العنوان :

كنيسة الله

٨ ش يوسف بك عيروض - جزيرة بدران ،

شبرا مصر ، القاهرة ،

جمهورية مصر العربية .

ت: ٢٠٢/٥٧٨٩٧٤١

فاكس: ٢٠٢/٣٥٣٦٣٧٧

خدمة المشورة والشفاء الداخلي

لكى نحضر كل إنسان كاملاً في المسيح يسوع
(كو ١ : ٢٨)

إصدارات مكتبة المنار

١ - هل حقاً تكلم الله
٢ - جوني
٣ - انهض وحارب
٤ - لكي أربح
٥ - العلاقة الحميمة مع الله
٦ - رحلة في دروب الحياة
٧ - أعماق نفسي
٨ - ترس الصلاة
٩ - لمسة رحمة لعالم جريح
١٠- نسل إبراهيم (الجزء الأول - العائلة)
١١- الحرب الروحية
١٢- روعة الحياة بالإيمان
١٣- نسل إبراهيم (الجزء الثاني - مولد أمه)
١٤- يشفي نفسي
١٥- القيادة - "خدمة وعلم وتخطيط ومواجهة"

- **ما هو الشفاء الداخلى؟!**
- **هل يحتاج كل شخص إلى نوع ما من الشفاء الداخلى**
- **أليس الإيمان بيسوع المسيح كافياً لتسديد تلك الإحتياجات الداخلية؟!**

إن هذا الكتاب يجيب على هذه الأسئلة وأكثر منها مما يدور فى أذهاننا جميعاً بخصوص موضوع

الشفاء الداخلى....

ويتناول كل فصل من فصول هذا الكتاب مرحلة معينة من العمر بدأ بفترة التكون ونحن بعد أجنة فى بطون أمهاتنا، وفى تطور حتى مرحلة النضوج، ويحتوى كل فصل على شرح سريع للمشاكل التى يمكن أن يواجهها المرء فى تلك المرحلة العمرية، بالإضافة إلى صلاة تأملية تمكنك عزيزى القارىء من أن تفتح قلبك وذهنك لهذا النوع من الشفاء....

إن هذا الكتاب هو تحفة فريدة صاغتها الكاتبة برشاقة ما بين الإسلوب العلمي على ضوء خبرتها المهنية العريضة فى المجال الطبى، وما بين الإسلوب الروحى العميق كخادمة ومتكلمة مسيحية معروفة بالغرب الأمريكى.

وقد وُفِّق المترجم ...
ينقلها ...
صورة ...
وجميلة ...
مع ثق...
وإحت...
المختلف...

٣ جنيه

